

広報 なよろ

2018
May
No.146

5

きらめくまちビト 4ページ

声 - Voice - 5ページ

チャレンジデー2018 14ページ

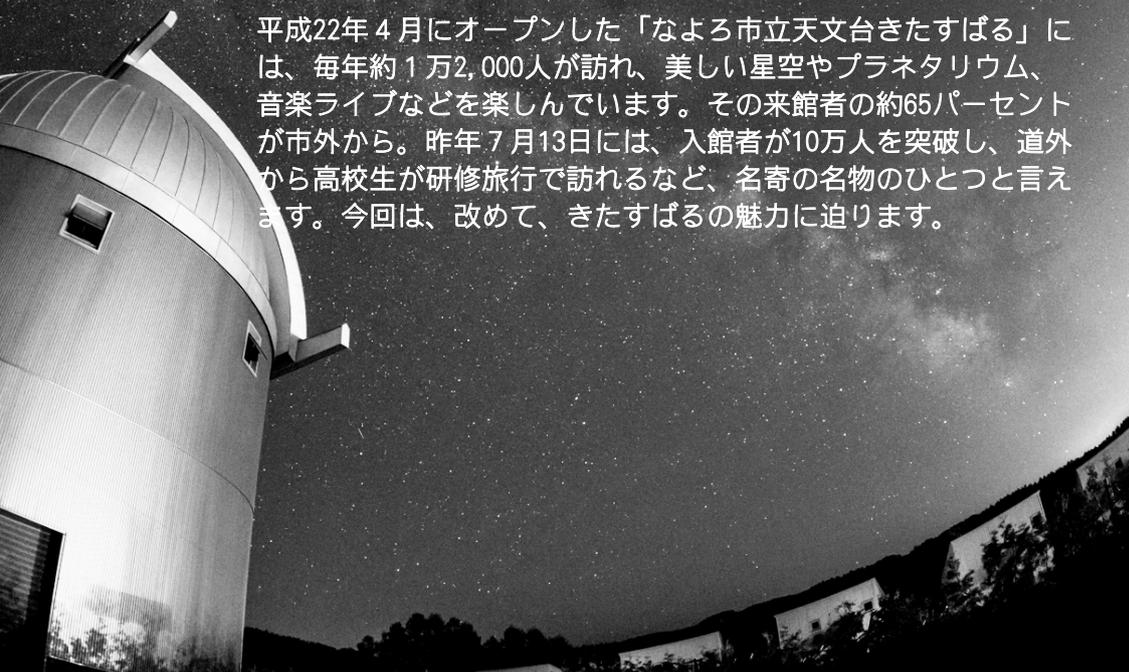


特集

星も、音楽も、天文台で楽しむ

広報 なよろ

特集 星も、音楽も、天文台で楽しむ



平成22年4月にオープンした「なよろ市立天文台きたすばる」には、毎年約1万2,000人が訪れ、美しい星空やプラネタリウム、音楽ライブなどを楽しんでいます。その来館者の約65パーセントが市外から。昨年7月13日には、入館者が10万人を突破し、道外から高校生が研修旅行で訪れるなど、名寄の名物のひとつと言えます。今回は、改めて、きたすばるの魅力に迫ります。

表紙	1
もくじ	2
特集 天文台	2 - 3
きらめくまちビト	4
声 - Voice -	5
民生委員を紹介します	6 - 7
市立総合病院からのお知らせ	8 - 9
年に1度特定健診を受けましょう	10 - 11
フォトでお知らせ - 広報版 -	12 - 13
チャレンジデー	14
健康ガイド	15
安全な登山・山菜取りを心がけましょう	16
町内会に加入しましょう	17
名寄市立大学の窓から ～知への誘い～	18
EN - RAYホールイベント情報	19
ひまわりのまちプロジェクト	20
もっともち米プロジェクト なよろっばい家づくりの会	21
健やかな成長を願って	22
生きがい講座利用者募集 今月の手話	23
体育施設オープン情報 天塩川だより	24
男女共同参画社会の実現をめざして 消費生活センター通信	25
施設のお知らせ	26 - 28
暮らしのお知らせ	29 - 33
裏表紙	34

トップクラスの星空

名寄市周辺は、光害が少なく、また盆地で気流が安定していることから、国内でもトップクラスの星空を眺めることができます。

きたすばるでは晴天時に「50センチメートル反射望遠鏡(愛称:きたてらす望遠鏡)」や国内最大級の口径を誇る北海道大学所有の「1.6メートル反射望遠鏡(愛称:ピリカ望遠鏡)」を利用して、惑星や月、星雲の姿を見る観望を行っています。「きたてらす望遠鏡」では昼間の空でも、明るい1等星など限定的ですが、観望することができます。

天文台の歴史

名寄高校の教員だった木原秀雄さん(故人)は戦前から天体観測を行っていましたが、退職を機に、昭和48年、自宅横に「私設木原天文台」を開

設しました。当時、日本で最北の私設天文台でした。その後名寄市は平成4年に天文台の寄贈を受け、同年9月には「市立木原天文台」としてオープン。その後、現在の天文台がオープンするまで、超新星の発見や、低緯度オーロラの撮影など多くの成果があります。

星と音楽のコラボレーション

きたすばるの特色は「音楽」です。レクチャールームでは天文台の企画や持ち込みの企画などで、毎月1回程度ピアノやアコースティックライブなどが行われ、入館者を魅了しています。また、プラネタリウムにはアップライトピアノが設置されており、プラネタリウムの幻想的な雰囲気の中で、コンサートが行われることもあります。

プラネタリウムで熟睡!

プラネタリウムでうとうととしてしまう人も多いのではないのでしょうか。それならいっそ「寝ることを目的にしよう」と行われているのが、「熟睡プラネタリウム」です。平成23年に明石市立天文科学館で始

今年度注目の★ 天文現象

★15年ぶりの火星大接近

火星は、2年2カ月ごとに地球に接近し、さらに15年ごとに大接近します。今年は、その大接近の年にあたり、いつもの接近時よりさらに明るく、望遠鏡で見ると、黒い模様や、「極冠」と呼ばれる極地方の白い部分も見ることができのかもしれない。

最接近の日は7月31日(火)ですが、前後2週間ぐらいは同じように大きく見えます。

★惑星が大集合

今年の夏は火星だけでなく、夕方から金星、木星、土星と順に見えてきます。さらに8月中旬過ぎの遅い時間帯になると、天王星や海王星も望遠鏡で見ることができるようになります。多くの惑星を見るチャンスです。

★ペルセウス座流星群が 好条件

8月12日、13日を中心に流星が多く流れるペルセウス座流星群は、月明かりがない方がより多く見られます。今年は8月11日(土)が新月なので、月明かりを気にすることなく多くの流れ星を見られるかも。

★1月6日に部分日食

年が明けてすぐの1月6日(日)に部分日食が起こります。この日食は北に行くほど欠ける割合が大きくなる部分日食で、名寄は日本国内でも好条件と言えます。直接太陽を見ることは危険ですが、特別な太陽メガネや天文台にある特別な望遠鏡を使うと安全に見ることができます。



▲サイエンス・カフェ



▲杉並区での観望会



▲入館者10万人突破



▼小惑星発見プロジェクト



▲お月見観望会



▼きたすばる★どっとこむ

より、きたすばるでも平成28年から実施しています。昨年は90人が参加するなど、番組撮影以外にも工夫を凝らした取り組みを行っています。

子どもでも小惑星を発見できる？

平成23年から始まった「小学生による小惑星発見プロジェクト」は、市内の小学5、6年生から希望者を募り、きたすばるの望遠鏡や特殊なカメラを使って新しい小惑星を探すもの。残念ながら、今まで発見にいたつてはいませんが、昨年はもしかしたら…というところまで迫りました。プロジェクトを通じて天体を身近に感じ、興味を持ってもらうことで、世界に羽ばたく人材の育成を目指しています。

市外でも活躍する移動式天文台車「ポラリス2号」

口径40センチメートルの大型望遠鏡を備え、屋根を開放できるように改造されている移動式天文台車「ポラリス2号」。普段は市内のイベントや学校での観望会に出張しますが、交流自治体の東京都杉並区や近隣の市町村から呼ばれることも。杉並区では、区内の小学校で授業をするほか、夜には一般の方向けの観望会を実施しています。

研究と普及活動

きたすばるでは超新星や、地球のすぐ近くを通過して行く小惑星の観測を行っています。また、恒星についての研究を論文で発表するなど、世界に向けて発信をしています。そして、このような天文に関することについて、コーヒー

を飲みながら聞いてもらう「サイエンス・カフェ」を行うなど、普及活動にも力を入れています。

情報発信

これらきたすばるの情報は、天文台ウェブサイトやメルマガで公開しています。また、市内の有志の方が毎週水曜日に、インターネットで「web-TVきたすばるどっとこむ」という番組をきたすばるから放送し、天文情報や名寄市の情報を発信しています。

きたすばるの開館情報など、詳しくは28ページに掲載しています。音楽イベントや観望会、プラネタリウム、または「今晚は晴れてるから星を見に行ってみよう」と、気軽に訪れてみてはいかがでしょうか。





きらめく
まちビト
×
水上 治

本市は全国有数のアスパラの生産地です。市内のアスパラ農家で組織される「アスパラ部会」の部会長を務められている水上治さんに、本市のアスパラのおいしさの秘密や、栽培でこだわっていることなどについてインタビューしました。

雪の下でよく眠った名寄のアスパラは格別。多くの人に食べてもらえたら。

農業を始めたきっかけは
 ーもともとは会社員として働き、田植えと稲刈りなど忙しい時期に手伝いをしていました。結婚を機に、農業に力を入れ始め、40代で専業農家になり、現在はアスパラともち米を作っています。
アスパラ収穫時期の1日のスケジュールを教えてください
 ー朝8時から10時まで収穫し、休憩をして12時まで選別作業をします。13時から15時までまた収穫をし、17時まで選別作業をしますが、収穫の最盛期は収穫までしかできず、家族で夜中まで選別作業をすることもあります。最盛期には1日約500キログラム収穫します。
アスパラの収穫基準は
 ー23〜24センチメートルが基準です。天気と畑の水分の状況が良ければ、切った後すぐ伸びるので、1日に同じアスパラを3回収穫することもあります。収穫に使う鎌に目盛がついていて、それを見ながら、捨てる部分がないように収穫します。生育にばらつきがあるアスパラの収穫は機械化できないので、一本一本手

作業で収穫します。
アスパラ栽培のこだわりは
 ー収穫を終えてからが勝負だと思っています。アスパラは何年も収穫できるので、次の年のために、先端をカットしたり、倒伏防止のひもを張ったり、病気がつかないように適期防除したり、メンテナンスをしっかりします。収穫は6月には終わりますが、11月頃まではしっかりと目を配らなといけません。
名寄のアスパラの特徴は
 ーアスパラは収穫を終えると糖分などの栄養分が根に行きます。雪が降ると、雪に守られ、糖分が蓄えられた根が凍ることなく、冬眠します。たっぷり眠ることで、甘くて柔らかいアスパラになります。収穫期は昼は暖かく夜は寒いという一日の寒暖の差によって、甘くて美味しいアスパラになります。なので融雪剤は使わず、昼間暖かくなる時期まで待ちます。
名寄のアスパラを全国へ広めるためにどのような活動をしていますか
 ーJJA道北なよるとホクレンの協力を得ながら、アスパラ

部会で、中京・関東・関西の市場を回るPR活動を毎年継続して行っています。
農業でやりがいを感じるときは
 ー自分が育てたアスパラを、直接「おいしい」と言ってくれるのを聞いた時、また、リピーターのように毎年注文してくれる方もいて、喜んでくれるととても嬉しい気持ちになります。
これからどのような農家になっていきたいですか
 ーそこら中に子どもたちの声が聞こえる農家になりたいなと思います。ただ規模が大きい農家というよりは、昔のように子どもたちが仲良く遊び、活気のある農村を維持していきたいなと思います。

Profile
水上 治 (みずかみ おさむ)
 昭和38年旧風連町生まれ。アスパラともち米をつくる農家。おススメのアスパラ料理は「アスパラの肉まき」。趣味は奥さまと温泉や酒蔵をめぐることに。

きらめくまちビト…名寄市内で活躍する市民などの紹介を通して、地域の魅力を発信します。

総合計画(中期)策定に向け、平成30年3月に18歳以上の市民から無作為に抽選された2,000人にアンケート調査を行い、630人の方から回答がありました。その際いただいた意見や質問、提言などについて、今月広報から毎月テーマごとに、市としての方針や考え方などについてお知らせします。



今月のテーマ

総合計画、総合戦略(人口減少対策)について

いただいた意見、
質問、提言など

「名寄市の人口減に対するの対策を考えてほしい」

「全体的な市の今後のビジョンが見えない」

「総合計画審議会について、何を審議し、どうなったのか、何らかの方法でわかりやすく周知を」など

回答

名寄市は、平成27年に人口減少対策のための「名寄市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、平成29年度からは、市の全体の方向性・将来像を示す最上位計画である名寄市総合計画(第2次)が始まりました。(総合計画(第2次)は、10年間の基本構想と、前期2年・中期4年・後期4年の基本計画および実施計画から構成されます。)

今年度は平成31年度(2019年)から4年間の総合計画(中期)の策定と、総合戦略の改定を行うこととしており、新たな市民委員会である「総合計画審議会」を設置しました。

人口減少を食い止めるために市がどういう目標を掲げて進んでいくのか、あるいはそれでもなお一定の人口減少は避けられない中で、まちを維持していくために何をしようとしているのか、市民の皆さまにわかりやすく示すことができるよう、これまでの取り組みの検証も行いながら、計画策定・改定に取り組んでいきたいと考えています。

審議会で議論された内容や資料については、市のホームページで随時公開します。また、審議会以外でも、パブリックコメントを含め、市民の皆さまからご意見をいただく機会を設ける予定です。



▶ 次回のテーマ(予定) 農業施策について

民生委員・児童委員 主任児童委員

をご紹介します



民生委員・児童委員
名寄地区

- ◆1区(南9丁目以南)
谷津 万里(西6南9)
☎01654③0377
- ◆1区(南8丁目以北)
藤田 邦子(西5南7)
☎01654②1135
- ◆2区
丸山 隆司(西2北2)
☎01654③5656
- ◆第3区
村上 芳文(西3南2)
☎01654③6458
- ◆4区
若槻 規子(西2南4)
☎01654③7599
- ◆南5区
鳥谷 由美(西5南5)
☎01654②0259
- ◆北5区(西6条以东)
松崎 義昭(西7南3)
☎01654②1421
- ◆北5区(西7条以西)
先田 多美子(西6南3)
☎01654②1102
- ◆第6区
猿谷 由利子(西2南6)
☎01654②3047
- ◆7区
倉本 萬里(西4南8)
☎01654③4400
- ◆8区
竹山 利男(大通南8)
☎01654②2483
- ◆9区
千々石 奈穂美(大通南5)
☎01654②2081
- ◆10区
岡崎 賢子(西2南3)
☎01654②0071
- ◆11区
池田 幸真(西2南2)
☎01654③9206
- ◆東12区(北3丁目以南)
下澤 道子(東4北4)
☎01654③9171
- ◆東12区(北4丁目以北)
國崎 拓也(東4北6)
☎01654③7035
- ◆西12区
内海 登久子(大通北3)
☎01654②3517
- ◆第13区(中央通以北・北東区)
川又 恵美子(東3北1)
☎01654③4398
- ◆第13区(中央通以南)
今 薫(東4南1)
☎01654③6225
- ◆第14区(南5丁目以北)
遠山 徳治(東2南4)
☎01654③8054
- ◆第14区(東3条以东)
宮越 幹男(東3南6)
☎01654③0282
- ◆第14区(東3条以西)
川上 春男(東2南11)
☎01654②5339
- ◆15区
大友 勝(大通南10)
☎01654③2228
- ◆16区
太田 國尾(西1南12)
☎01654③0239
- ◆17区
羽根川 瑞江(西5北3)
☎01654③7314
- ◆第18区
森重 裕(西2南12)
☎01654③5417
- ◆第19区
和田 禎子(西7北3)
☎01654③4881
- ◆20区
宍戸 智子(西9北2)
☎01654③1683
- ◆21区
三品 勝之(西10北3)
☎01654③3773
- ◆寺町区
原田 多美子(西5南2)
☎01654②5804
- ◆北新区(西2条以东)
向井 孝夫(西1北6)
☎01654③5165
- ◆栄町区(中央通以南)・中島区
吉川 ひろ子(西11南1)
☎01654②5505
- ◆栄町区(中央通以北)
藤平 昭夫(西12南1)
☎01654③0872
- ◆西町1区
柚留木 保秀(西11南3)
☎01654③6890
- ◆西町2区(豊栄通以东)
原田 友子(西13南5)
☎01654②3181
- ◆西町2区(豊栄通以西)
齋藤 直美(西14南6)
☎01654②1573
- ◆西町3区(西11条以东)
渡辺 すみ子(西11南8)
☎01654③6844
- ◆西町3区(西12条以西)
中林 かつ枝(西12南7)
☎01654③6252
- ◆大町区
荻原 秀仁(西4北4)
☎01654②3925
- ◆麻生(西6条以东)
杉永 松代(西5南10)
☎01654③5462
- ◆麻生(西7条以西)
坂口 博貴(西8南12)
☎01654③6423
- ◆旭栄区
宮越 豊美(東6南2)
☎01654③7257
- ◆高見区
中村 幸尚(緑丘13)
☎01654③4018
- ◆旭ヶ丘区・南が丘区
三浦 孝幸(緑丘40)
☎01654②4843
- ◆旭東区・療養所区
松島 廣志(東5南2)
☎01654③7017
- ◆旭東北区
松本 昇(東4北8)
☎01654③4084
- ◆北斗区
木村 利明(大橋90)
☎01654③9639
- ◆大橋商工団地
矢合 利幸(西8北8)
☎01654②5091

- ◆大橋区(西7条以东)
田畑 穂積(西10北7)
01654②2139
- ◆大橋区(西8条以西)
飛田 聖(西8北5)
01654③2489
- ◆砺波
沼澤 勝良(砺波622)
01654②5313
- ◆日進
遠藤 洋子(日進105)
01654②4569
- ◆豊栄区(豊栄川以南)・共和
橋本 香代子(共和360)
01654③4256
- ◆豊栄区(豊栄川以北)
佐藤 真弓(西11南11)
01654③0654
- ◆弥生
木田 芳夫(弥生307)
01654③5089
- ◆曙
阿部 勇(曙421)
01654②4248
- ◆徳田区(17線以南)
神元 笑子(徳田215)
01654③4798
- ◆徳田区(17線以北)
井元 和正(徳田65)
01654③9789
- ◆緑丘・農高区
大沼 良明(緑丘71)
01654②3417

民生委員・児童委員
智恵文地区

- ◆中名寄
平間 富雄(朝日625)
01654②2010
- ◆瑞穂・内瀬
鈴木 俊一(瑞穂639)
01654③2054
- ◆鉄道区・サンピラー区・
マーガレットヴィラ区
松井 栄子(西2南11)
01654②1246
- ◆智恵文智北
越 郁夫(智恵文15線北29)
01654⑧2437
- ◆智恵文八幡・北星
養輪 千恵(智恵文11線北23)
01654⑧2424
- ◆智恵文更正・振興
尾関 章一(智恵文8線南14)
01654⑧2460
- ◆智恵文中央・瑞和
松澤 正樹(智恵文10線北4)
01654⑧2652
- ◆智恵文親和・智西
鷺田 るり子(智恵文14線北1)
01654⑧2626
- ◆智恵文智南・南
菅田 浩司(智恵文模範林大
沢農耕地14)
01654⑨3600

民生委員・児童委員
風連地区

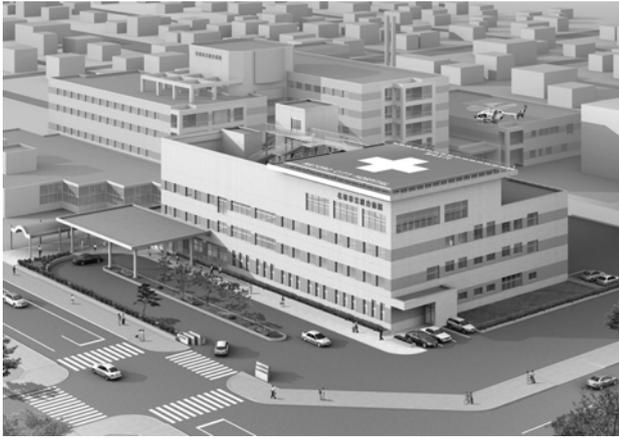
- ◆風連中央区(旧仲町、旧中央)
石川 敏恵(風連町仲町52)
01655⑦8328
- ◆風連中央区(旧本町)・風連南
区(旧南町)
中尾 朋子(風連町本町68)
01655③2062
- ◆風連南区
熊谷 守(風連町緑町34)
01655③4058
- ◆新大町
大野 洋子(風連町大町36)
01655③2433
- ◆風連北栄
藤原 十三栄(風連町北栄町1)
01655③3169
- ◆風連西区(西町南側)
柿崎 隆弘(風連町西町78)
01655③2728
- ◆風連西区(西町北側)
宮崎 久美子(風連町西町61)
01655③4387
- ◆風連2区・下多寄(3区)
片山 キ三子(風連町西町2
05)
01655③2739
- ◆下多寄(4区・5区)
山口 祐司(風連町瑞生35
01)
01655③4182

- ◆風連豊里
及川 唯夫(風連町豊里19
28)
01655③3976
- ◆風連アカシヤ
住田 信幸(風連町中央16
66)
01655③3308
- ◆東風連(旧9区)
高木 美栄子(風連町東風連
3372)
01655③3359
- ◆東風連(旧9区以外)
小林 修(風連町東風連37
4)
01655③4075
- ◆風連旭
中野 律子(風連町旭213
7)
01655③3270
- ◆風連日進(旧12区)
横田 則子(風連町日進35
50)
01655②6432
- ◆風連日進(旧13区)
中村 美佐代(風連町日進5
100)
01655②6266
- ◆西風連
櫻山 さつき(風連町西風連
204)
01655③3525

主任児童委員
全地区

- ◆南5区(西地区)
柳谷 千恵子(西7南5)
01654③7563
- ◆第14区(南地区)
大沼 広明(東4南9)
01654③3407
- ◆栄町区(北地区)
川口 昭子(西13南1)
01654②5244
- ◆大町区(北地区)
武田 智恵子(西5北4)
01654③6962
- ◆旭栄区(東地区)
吉川 一茶(東7南1)
01654③8890
- ◆旭ヶ丘区(南地区)
笹原 博幸(徳田4)
01654③1053
- ◆瑞穂区(西地区)
宗万 広美(瑞穂354)
01654②5519
- ◆旭東北区(東地区)
得能 あけみ(東4北7)
01654③0020
- ◆風連南区(風連地区)
田中 多喜子(風連町緑町30)
01655③3890
- ◆風連北栄区(風連地区)
西村 陽子(風連町北栄町15)
01655③3257

新たに着任した医師を紹介します

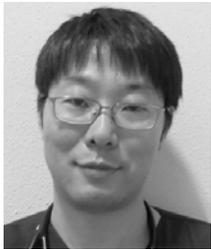


名寄市立総合病院は、平成30年4月1日より地方公営企業法の全部適用へ移行し、加藤^{かとう}名寄市長より和泉^{いずみ}院長が専任の病院事業管理者として任命されました。

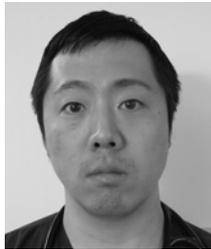
これからも名寄市民、そして道北地域の住民の皆さまに対して、急性期医療を提供する基幹病院としての役割をより一層果たしてまいります。

平成30年度は、18診療科74人体制で診療業務を行っております。

今回、新たに着任した21人の医師を紹介します。



循環器内科
くきた しん
久木田 新 医員



呼吸器内科
なるみ ましつぐ
鳴海 圭倫 医員



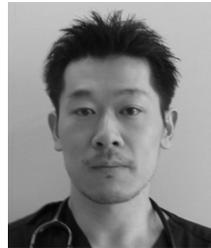
消化器内科
すぎむら こうじろう
杉村 浩二郎 医員



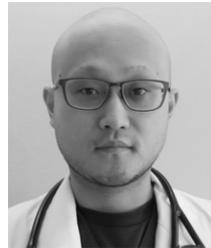
消化器内科
うえはら あきと
上原 聡人 医員



総合内科
みつわ しょうた
三輪 翔大 医員



小児科
すぎやま たつとし
杉山 達俊 医員



小児科
あかば ゆういち
赤羽 裕一 医員



小児科
てらお りゅうた
寺尾 隆太 医員



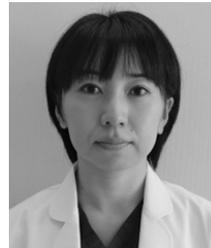
外科
ふくだ じゅんき
福田 純己 医員



心臓血管外科
いわた ひろよし
岩田 浩義 医員



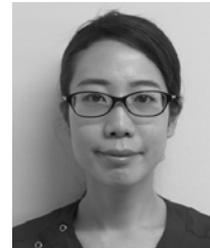
整形外科
かやば こうたろう
萱場 幸太郎 医員



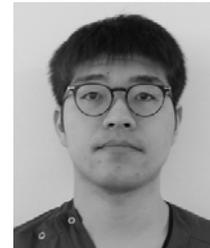
産婦人科
すぎやま さおり
杉山 沙織 医員



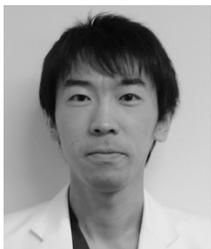
産婦人科
うつの やすひろ
宇津野 泰弘 医員



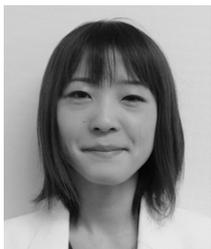
産婦人科
てらお あい
津村 亜依 医員



泌尿器科
もりた たくと
守田 卓人 医員



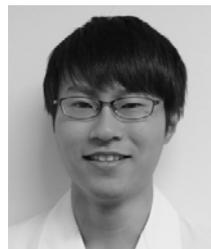
皮膚科
こばやし たかひろ
小林 孝弘 医員



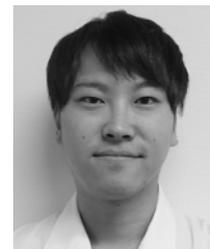
麻酔科
いわた ちはる
岩田 千広 医員



研修医
すえつぐ れいな
末次 令奈 医師



研修医
てらお しんいち
津村 諄一 医師



研修医
くにかた ゆうき
國兼 祐樹 医師



研修医
さかい みつほ
酒井 美穂 医師

診療受付時間
 午前 8:00～11:30
 午後 13:00～15:15
 ※土曜日・日曜日・祝日は休診

外来診療の受付 (平成30年4月現在)

○=診療可能 ×=診療不可 △=一部診療あり

科目	曜日	受付区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	備考
循環器内科	午前		○	○	○	○	○	・予約変更は循環器内科に直接連絡してください。 ※初診の予約は行っていません。予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
呼吸器内科	午前		○	○	×	○	出張医	・予約変更は直接呼吸器内科に連絡してください。 ※初診の予約は行っていません。予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		※午後は完全予約制で再診のみ診察。					
神経内科	午前		×	×	出張医	×	×	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・毎月第1・3水曜日のみの診療です。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	午後		×	×	出張医	×	×	
消化器内科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
糖尿病・代謝内科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。新患の方は予約センターで予約してください。 ※初診の方は紹介状または健康診断結果書が必要です。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
総合内科	午前		○	○	○	○	○	・予約は行っていません。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
小児科	午前		○	○	○	○	○	・1カ月健診(火・水・木曜日)は予約センター、専門外来は小児科外来で予約できます。 ・ワクチン外来(火・木)は接種希望日の2日前16時までに予約。
	午後		○	○	○	○	○	
外科	午前		○	×	○	×	×	・予約センターで予約可能。 ・午前は10時から診療します。 ・乳腺外来は月2～3回、出張医が不定期で診察します。
	午後		×	×	×	×	×	
心臓血管外科	午前		×	○	×	○	×	・予約センターで予約可能。 ・下肢静脈瘤外来は予約が必要です。 ・■=下肢静脈瘤外来(月3回程度の診察です)
	午後		×	○	×	■	×	
整形外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約してください。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		×	×	×	×	×	
脳神経外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・水曜日の受け付けは11時までです。
	午後		×	×	×	×	×	
産婦人科	午前		○	○	○	○	○	・第2火曜日午後は専門外来のみ。 ・母乳の相談は外来に電話で確認ください。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		○	○	○	○	○	
眼科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。予約センターで予約してください。
	午後		○	○	○	○	○	
耳鼻咽喉科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・午後は14時から診療します。 ・月・火曜日は隔週で1診体制になります。
	午後		○	○	×	○	○	
泌尿器科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。新患の方のみ予約センターで予約。 ・血液透析の場合、月・水・金曜日は午前・午後、火・木・土曜日は午前のみです。
	午後		×	×	×	×	×	
皮膚科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・午後は14時から診療します。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		×	○	○	×	○	
心療内科・精神科	午前		○	○	○	○	○	・初診は心療内科・精神科外来で直接予約。(水曜日を除く) ・再診予約の変更は予約センターで可能。 ・水・金曜日の再診は予約のみです。
	午後		×	×	×	×	×	
ペインクリニック 外来	午前		×	×	×	×	△	・予約センターで予約してください。 ・第1、第3金曜日のみです。
	午後		※午後の診療は行っていません。					

専門外来	小児科	心臓外来、神経発達外来、内分泌外来、アレルギー外来	・診察日と予約は、小児科外来に直接連絡してください。
	外科	乳腺外来	・月2～3回木曜日午後。予約制。
	産婦人科	不妊・不育症外来	・毎月第2火曜日午後。予約制。
		ハイリスク妊娠外来	・毎月第1金曜日午後。予約制。
	更年期外来	・毎月第3金曜日午後。予約制。	

- 日帰り人間ドックは火・木曜日、脳ドックは火・木曜日に実施しています。(事前予約制)
- 産婦人科母科学級は、毎月第2・4火曜日14時からです。
- ★一部の診療科を除き、予約のない方の診療も行ってはいますが、あらかじめ予約することをお勧めします。
- ★医師の出張などにより、診療体制が変更になる場合があります。
- ・診察券をお持ちの方は、必ず持参ください。忘れた場合は、再発行します。(実費100円)

新患の方は、
午前中に受診し
てください。



お願い！電話で予約の際は診察券を準備のうえ予約してください。
 午前は窓口が混雑するため、電話は午後をお願いします。
 なお、午後でも電話が繋がりにくい場合があります。

年に一度特定健診を受けましょう

平成28年度国民健康保険特定健診の実施状況

名寄市では国保に加入する皆さまの健康を守るため、健診や保健事業に取り組んでいます。

平成28年度の名寄市国保特定健診受診率は34・4パーセントで、受診者の男女別・年代別の受診率は「表1」のとおりです。

年代が上がるに伴って生活習慣病発症率も上がるため、若いときからの健診受診は病気の早期発見のために大変有効です。

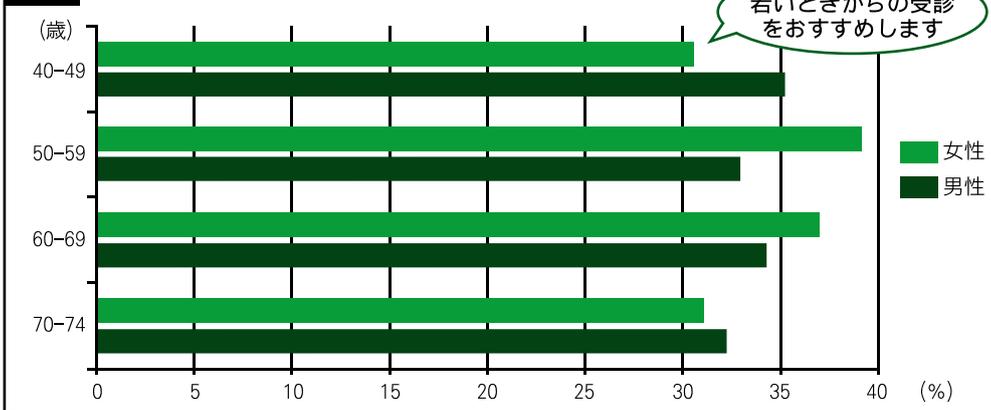
症状はなくても健診を受け続け、自分の生活・食生活を振り返りながら健康状態を確認することが大切です。



初期の生活習慣病には自覚症状がほとんどないため、健診などで血液検査を行わなければ早期発見が難しいと言われていきます。日頃の生活習慣を改善するきっかけにもなりますので、年に一度は受診しましょう。また、健診結果を活かすことも大切です。

本市では、結果に応じてバランスのとれた食事や適度な運動習慣など生活スタイルにあったアドバイスを行っていますので、ぜひご利用ください。

表1 平成28年度 男女別・年代別特定健診受診率



適正な腹囲を保ちましょう

特定健診では血液検査のほか、腹囲測定を実施しています。

おなか周りを測ることに抵抗感がある方もいると思いますが、おなか周りの内臓脂肪がたまりすぎると、さまざまな生理活性物質が出て、高血糖や高血圧などの生活習慣病の原因となるため、腹囲の確認はとても大切です。

内臓脂肪の基準値 (ウエスト径周囲)

- ・男性…85cm未満
- ・女性…90cm未満

体重の基準値

- ・BMI基準 18.5~24.9
- ・BMIの求め方
= 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)



体重は標準内でも、腹囲は基準より大きい方がいます。

「自分は少しおなかが出ていただけで太ってない」と思っているだけでも、生理活性物質による動脈硬化によって少しずつ血管は傷んでいきます。

心臓病・脳卒中・腎臓病といった重篤な病気を招かないように、適正な腹囲を維持しましょう。

平成30年度 特定健診の日程

種類	特徴	とき・ところ	同時に受けられる検診	検査内容
総合検診	最寄りの市内施設で受診できます 対象者 30歳以上	保健センター 7月18日(水) 7月19日(木) 7月20日(金) 7月21日(土) 7月22日(日) 7月23日(月) 10月31日(水) 11月1日(木) 平成31年1月10日(木) 1月11日(金) ふうれん健康センター 6月24日(日) 6月25日(月) 6月26日(火) 11月3日(土) 平成31年1月12日(土) 1月13日(日) 風連日進コミュニティセンター 6月23日(土) 智恵文多目的研修センター 11月2日(金) 総合福祉センター 7月24日(火) ※事前に保健センターへ申し込みが必要です。	胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 肝炎ウイルス エキノコックス症	○計測 ・身長 ・体重 ○血液検査 ・糖尿病 ・痛風(高尿酸) ・コレステロール(脂質異常) ・腎臓 ・肝臓 など10種類
組合せ検診	無料送迎バスつき 対象者 30歳以上	旭川がん検診センター 6月27日(水) 6月28日(木) 7月2日(月) 10月25日(木) 10月26日(金) ※事前に保健センターへ申し込みが必要です。	胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 乳がん 子宮がん 肝炎ウイルス エキノコックス症	○問診 ○血圧測定 ○尿検査 ○医師による診察
個人検診	受診日を自分で決められます 対象者 30歳以上	旭川がん検診センター 平成31年3月31日まで随時 ※事前に保健センターへ申し込みが必要です。		
個別健診	かかりつけ医で受診できます 対象者 40歳以上	たに内科 ☎01654③1223【要予約】 名寄三愛病院 ☎01654③3911 名寄中央整形外科 ☎01654③2006 名寄東病院 ☎01654③2188【要予約】 吉田病院 ☎01654③3381【要予約】 6月1日～平成31年3月31日まで随時 ※予約が必要な場合は、直接医療機関へお電話ください。	特定健診のみ ※がん検診は受けられません	

特定健康診査受診券について

名寄市国保に加入する40～74歳(年度内に75歳になる方は除く)の方へ、5月下旬に「特定健康診査受診券」を送付します。※年度の途中で国保に加入される場合は発送の時期が変わります。

特定健診を受診する際は、受診券と保険証が必要です。紛失された場合などは、国保高齢医療係へ問い合わせください。

各種健診の申し込み

保健センター(西2北5) ☎01654②1486

その他問い合わせ

市民課国保高齢医療係(名寄庁舎1階)
☎01654③2111(内線3115)

3 / 28 名寄地区広域最終処分場
オープン



名寄地区広域最終処分場オープン式が、同処分場浸出水処理施設前で行われました。処分場には名寄市、美深町、下川町、音威子府村からの埋め立てごみが搬入されます。

最新技術により処理能力は大幅にアップ

3 / 20 北海道指導林家認定証交付式



市内で製材業を営む秋田谷正則あきたや まさのりさんが北海道指導林家に認定されました。北海道指導林家とは、林家の模範となるような林業生産活動をしている意欲的な人材が認定されるものです。

秋田谷さんは市内で2人目の認定

4 / 1・2 熊本復興祈念
ジョイントコンサート

熊本で発生した熊本地震被災地の一日も早い復興を願い、熊本ユースシンフォニーオーケストラとどさんこジュニアオーケストラによるコンサートが4月1日、EN-RAYホールで行われ、約300人が美しい演奏を楽しみました。

翌日には、熊本ユースシンフォニーオーケストラの山口邦子さん(フルード)たち3人が名寄市議会議事堂でコンサートを行い、「見上げてごらん夜の星を」など星にちなんだ曲を演奏。演奏の合間には山口さんの軽快なトークが訪れた110人を和ませました。



山口邦子さんが合併前の名寄市議会議事堂で議場コンサートを開催するなどの縁があり実現

3 / 28 なよろ健康マイレージ抽選会



日頃的生活習慣などを見直し、健康イベントの参加など自分に合った目標の達成を目指す「なよろ健康マイレージ」。達成者の中から健康グッズや特産品の当選者を決定する抽選会が行われました。

平成29年度は455人がエントリー、175人が達成しました

4 / 4 名寄市立大学入学式



保護者や教員などに見守れながら、4学科合計197人が入場。新入生は一人ずつ名前を呼ばれると、緊張しながら返事をして立ち上がり、入学の許可を受けました。

式終了後、在校生からサークルやアルバイトの勧誘を受けました

市ホームページでまちの出来事を紹介している「フォトでお知らせ」。広報版はホームページから内容を抜粋して掲載しています。



4 / 6~15

春の全国交通安全運動



ぼくも・わたしも
フォトで交通安全



くるまパレード



旗の波運動

4月5日の市内小中学校入学式当日に新入学児童交通安全キャンペーン「ぼくも・わたしもフォトで交通安全」が智恵文小学校の玄関前で、8日には市民交通安全「くるまパレード」が名寄自動車学校を出発点に、10日は交通事故死ゼロを目指す「旗の波運動」が国道40号沿い市内百貨店前で行われました。悲惨な交通事故をなくすため、交通安全意識の高揚や交通死亡事故防止の徹底を図りました。

交通事故に遭わないよう、起こさないよう交通安全を啓発

4 / 14

名寄高校陸上部が交通安全活動



名寄高校陸上部の部員24人が、ローソン名寄徳田店の前で交通安全啓発活動を行いました。歩道に交通安全の旗が見えるように笑顔で立ち、運転手の安全運転への意識向上を図りました。

昨年度、名寄交通安全協会から表彰されました



4 / 5

智恵文小学校入学式



新入生4人があたたかな拍手で迎えられ入場。式では在校生が運動会や収穫祭などの楽しい行事の紹介をし、「これから仲良くしましょう」と新入生を元気に歓迎しました。

市内の新1年生は226人



4 / 17

名寄ピヤシリ大学入学式



名寄ピヤシリ大学1年生(第39期生)が5人、大学院1年生として8人が入学しました。今年度は大学と大学院合わせて45人が、各学年のテーマに沿って学習します。

明るく仲良く精いっぱい学びます



4 / 16

当選証書付与式



名寄市長選挙が4月8日(日)に告示。立候補の届け出が加藤剛士氏のみだったため、無投票当選が決まりました。この日、市選挙管理委員会の佐々木順秀委員長から当選証書が手渡されました。

加藤市長が3期目当選



スポーツで元気なまちづくり!

チャレンジデー 2018

通算成績
11勝13敗

Let's Try
15min
5月30日(水)
0:00~21:00

名寄市の過去の成績

年	結果	対戦相手	名寄市参加率
2015年	●負	福岡県みやこ町	60.8%
2016年	●負	徳島県三好市	61.0%
		鹿児島県阿久根市	
2017年	●負	秋田県美郷町	64.5%

昨年は3.3%差で敗退…(美郷町参加率67.8%)



今年の対戦は…

名寄市 VS 杵築市



杵築市のマスコットキャラクター
「ぎつみん」▶



参加目標18,130人(65%)

チャレンジデーに参加して

杵築市に勝利しよう!

杵築市は、大分県の北東部、国東半島の南部に位置し、東西約29キロメートル、南北約23キロメートル、総面積280.08平方キロメートルで、県面積の約4.4%を占めています。武家屋敷や商家、石畳の坂道が往時の姿をとどめ、今もなお時代劇のロケが行われるほど江戸時代の風情が色濃く残る城下町です。杵築城を中心として、南北の高台にある勇壮な武家屋敷が、その谷間にある商人の町を挟んだ凸凹のある「サンドイッチ型城下町」の形状は、日本唯一と言われています。

【人口】29,852人 【通算成績】1勝2敗
【昨年参加率】58.6%

イベント

朝のラジオ体操会 6:20

名寄小・名寄南小・名寄西小・名寄東小・市民文化センター(西側駐車場)・中名寄小・智恵文中・風連下多寄小・風連中央小・旧東風連小・風連中・風連日進コミュニティセンター・保健センター・その他町内会で開催します。

※雨天時は屋内で開催。参加賞を用意しています。

Airtess でラジオ体操を放送します!

6:30、8:40、12:40、17:40の4回
※多少時間が前後する場合があります。

市民綱引き大会

- とき 16:00 小学校の部
18:15 一般の部
- ところ スポーツセンターアリーナ(上靴用意)
- 申込期限 5月21日(月)
- 申し込み・問い合わせ
市民文化センター ☎01654②2218

当日は市内の
体育施設を無料開放!
詳しくは各施設へ問い合わせください。

各種スポーツイベント

- パークゴルフ大会
8:00 なよる健康の森P G場(名寄市日進)
9:00 東地区運動広場(風連町改善センター前)
天塩川さざなみ公園P G場(風連町瑞生橋下)
- ゲートボール大会
9:00 スポーツセンターG B場
- グラウンドゴルフ大会
9:30 天塩川緑地内G G場(名寄市曙橋下)
- 体操教室
9:30 総合福祉センター
※用具は各自でご用意ください。

チャレンジデー集計本部



15分運動
したら報告
しよう!

☎01654③2111

※市ホームページでも報告可能です。
※報告は当日の21:30まで受け付け。

なよろ健康マイレージ

自分にあった健康づくりに取り組んで
特典をゲットしよう!

特典1

マイレージ達成で
もれなく「達成賞」
がもらえます。

特典2

マイレージ達成者を対
象とした「抽選会」を実施
します。「健康グッズ」や
「地場産品」などがも
らえます。



実施期間 平成30年6月1日から平成31年2月28日まで

対象事業

1

各種健(検)診受診

市が実施する特定健診、がん検診、職場検診など

2

健康に関する教室・講演会等への参加

健康教室、なよろ健康まつりなど(選択)

3

個人の健康目標の設定と実行

ウォーキング、ラジオ体操、禁煙など

18歳以上対象



①②③の対象事業をクリアするとマイレージ達成となります。

※達成条件は年齢などにより異なります。

※事業の詳細は、市ホームページ、各公共施設などに掲示するポスターやチラシをご覧ください。

有毒植物による 食中毒に注意しましょう

例年春先から夏場にかけて、イヌサフランやスイセン、バイケイソウなどの有毒植物の誤食による食中毒が多く発生しています。

これまでに北海道内でも死者が報告されていますので、ご注意ください。

有毒植物による食中毒を防止するためには

食用と確実に判断できない植物については、絶対に「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」ようにしてください。



山菜に混じって有毒植物が生えていることがあります。山菜狩りなどをするときには、一本一本よく確認して採り、調理前にもう一度確認しましょう。



家庭菜園や畑などで、野菜と観賞植物を一緒に栽培するのはやめましょう。

野草を食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を受けるようにしてください。

名寄保健所では、山菜と間違えやすい有毒植物をまとめた「毒草ハンドブック」を無料配布しています。希望される方は名寄保健所へ問い合わせください。

■名寄保健所(東5南3) ☎01654③3121

健康 ガイド

申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)

☎01654②1486

FAX 01654②7267

開館 8時45分~17時30分

休館 土・日・祝日・年末年始

ふうれん健康センター

(風連町本町76)

☎01655③2373

開館 9時~12時(月曜のみ)

休日当番医

急患に限ります

5月3~6日 市立総合病院

☎01654③3101

13日 あべクリニック

☎01654⑨7011

なよろ眼科

☎01654③0746

20日 たに内科クリニック

☎01654③1223

27日 名寄三愛病院

☎01654③3911

6月3日 市立総合病院

☎01654③3101



…救急医療情報案内……

フリーダイヤル

☎0120(20)8699

子育て保健

ミニカレンダー



5月

- 8日(火) ちびっこひろば①
- 11日(金) 親子ふれあいひろば
- 15日(火) ちびっこひろば②
- 16日(水) 7カ月児健診・BCG
- 21日(月) 股関節脱臼検診
- 23日(水) ちびっこひろば③
- 24日(木) 4カ月児健診
- 25日(金) 親子ふれあいひろば
- 28日(月) 赤ちゃん計測日
- 29日(火) ちびっこひろば④
- 31日(木) のびのび親子教室

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

安全な登山・山菜取りを心がけましょう

登山・山菜取り・ハイキングなどでの遭難事故に注意

本格的なアウトドアシーズンが到来し、登山・ハイキング・山菜取りなどに出かける方も多くなります。特に山菜採りでは、笹藪も深く遭難事故に発展する事案も出てきますので、十分に注意してください。※万が一遭難した場合は、多額な費用（救助に関する費用）の自己負担が発生する場合があります。

遭難事故を防ぐための7つのポイント（登山ガイドから）

1 行き先と帰る時刻を必ず家族に伝えましょう

2 単独での入山はできるだけやめましょう

3 必ず入山届に名前と住所を記入しましょう

4 目立つ色の服装で、防寒対策をして出かけましょう

5 迷ったら、むやみに歩き回らず落ち着いて行動しましょう

6 携帯電話や笛、ラジオ、非常食、テープ、懐中電灯などを携行しましょう

7 午後3時までは下山しましょう



ヒグマによる人身事故・農業被害を防ぐために

ヒグマは、一時的に立ち寄った場所が安全であると学習すると、その後も繰り返し出没するようになりますので、引き寄せない・餌付けしないなどの取り組みを行うことが重要です。市街地などにヒグマが出没し、早急に周知が必要と判断した際は、町内会関係者の皆さまに情報伝達の協力をお願いすることがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

誘引物の適切な管理

◆家庭では

- ・ごみ出しのルールを守る
- ・ごみやペットフード、漬物などの保存食を屋外に放置しない
- ・家庭菜園の作物や果実を早めに収穫する

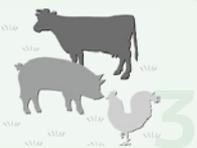
◆農地や果樹園では

- ・適切な電気柵を設置する
- ・未収穫物や収穫残さ、放任果実や廃果を適切に処分する



◆家畜飼育場では

- ・飼料は頑丈な施設に保管し、また、こぼれた飼料は除去する



山でヒグマに遭わないために

野山でヒグマに遭わないための基本的なルール

登山・山菜取りで山林に入るときは、音の出るもの（ラジオ、鈴など）を携行してヒグマに出合うことのないよう注意し、万が一ヒグマに出合ったときは、あわてず落ち着いて行動してください。



1 事前にヒグマの出没情報を確認する

※市ホームページ>暮らしの情報>防犯・安全>生活安全情報>ヒグマに注意！名寄の出没・目撃情報

2 単独行動を避け、複数で行動する



3 鈴など音の出るものを鳴らす



4 クマの足跡やフンを見つけたら、すぐに引き返す



山火事注意

4月21日（土）～5月31日（木）は林野火災予防強調期間です。林野火災の出火原因は、「ゴミ焼き」「たばこのポイ捨て」「たき火」などの火気の取り扱い不注意や、不始末による人為的な過失によるものが多く、場合によっては賠償責任が発生しますので、火災を起こさないように注意してください。



野焼きなどを行う場合の注意点

1 風の強い日は避ける
※天候によっては風が吹いていなくても突然吹き始め、風向きが変わる場合があります。

2 一度に広い範囲で行わず、刈った草などは少しずつまとめ区画ごとに行う

3 複数人で行い、監視する人や消火する人などの役割分担を決める

4 火のそばを離れず、必ず消火準備が整ってから行う

5 山林への延焼の恐れがある場所では行わない

◆問い合わせ

遭難予防に関すること… 防災担当（名寄庁舎3階）☎01654③2111（内線3327）

ピヤシリ山・ピヤシリ自然休養林に関すること… 営業戦略課（名寄庁舎3階）☎01654③2111（内線3343）

ヒグマの目撃情報・山火事に関すること… 耕地林務課林務係（風連庁舎1階）☎01655③2511（内線317）

町内会に 加入しましょう

★安心して暮らせる地域づくりを 支えているのは「町内会」です

名寄市では、現在72の町内会が暮らしやすい環境づくりのために、公園や道路の草刈りや清掃、防犯灯や街路灯の管理、市などからの広報配布などを行っています。

また、子どもをはじめとする地域住民の見守りなどさまざまな活動も行われており、多くの皆さまの参加によって豊かな地域づくりがすすめられています。

町内会は地域に住む皆さまにとって
一番身近な組織です



★町内会では こんな活動をしています

市などからの情報の回覧

広報配布のほか、市やその他行政機関からのお知らせ、催しの情報などの回覧・掲示を行っています。



きれいな環境づくり

地域での清掃活動やごみの減量に向けた取り組みなど、清潔で快適なまちづくりのための活動を行っています。



ふれあい活動



地域のお祭りや親睦会、子ども会、敬老会など、住民の皆さまのふれあいの場を作っています。

安全・安心の地域づくり



災害に備えた防災訓練や、犯罪を起こさせないための防犯パトロールなど、地域の安全・安心のための活動を行っています。

★町内会に 加入するには

お住まいの地域の町内会長に連絡して、加入します。
自分の町内会や町内会長がわからない場合は、町内会連合会事務局でも加入の手続きができますので、ご連絡ください。



◆問い合わせ

名寄市町内会連合会事務局 (名寄庁舎 3階 企画課企画調整係)

☎01654③2111 (内線3311)



名寄市立大学の窓から

知への誘い

vol.65



「子どもの育ちと大人の役割」

保健福祉学部 社会保育学科

准教授

傳馬

淳一郎

子どもで「ある」・大人に「なる」

「子ども」とは同時に二つ意味を持つ存在だといわれることがあります。

一つ目は「子どもである」存在です。

「あなたは子どもなんだから、あなたのままでいいんだよ」と受け止める、現状肯定的な捉え方です。

とはいっても、いつまでも子どもが子どものままでいても困ります。

そこで二つ目は、いずれ「大人になる」存在といえます。

ここでいう「なる」には、「どのように育って欲しい」といった先に生きてきた私たち大人の「思い」が込められています。

この「思い」は、次の社会を担う子どもたちに向けられた大切な願いともいえるでしょう。

しかし、子どもで「ある」ことを受け止め、「あなたは大切な存在なんだよ」というメッセージをしっかりと

大人の願い

私が保育所保育士として勤務していた頃の話です。

小学校への進学を控えた年長児クラスの子どもたちは弁当箱（主食となる米飯を入れて登園）を巾着袋ではなく、大きなナプキンに包んで持参していました。

それは就学に向けて「全員がちょう結びをできるようになり、片づけの習慣が身につくように」とのねらいをもった保育実践の一つでした。

そのため、給食の片づけ時間になれば、保育者は一人ひとりの子どもたちの力パンを確認して、丁寧に結んでいない子どもがいれば、呼び戻して「トンネルくぐって」と声をかけながら一緒にちょう結びを行っていました。

そのかいあって卒園時に

は、年長児全員が蝶結びで弁当箱を包み、カバンに片づけることが出来るようになっていました。

数年後、縁あって同じ地域の児童館で勤務するようになりまして。

その児童館には放課後の小学生の居場所となる「学童保育」が併設され、多くの保育所出身の子どもたちが通っていました。

私が児童館に異動して初めての昼食時、信じられない光景を目の当たりにするのでした。

それは保育所であれだけ丁寧に指導を重ね、全員が弁当をちょう結びで片づけるようになり、「よくやった」と気持ちよく小学校へ送り出していった子どもたちが、誰一人として綺麗に包んで片づけていなかったのです。

しかし、当然のことながらもありません。

保育所では保育者に「言われているからやっていた」だけなのでしょう。

私たちができること

小学生にもなれば自分で判断して行動する機会も増え、就学前よりも大人からの言葉かけは少なくなるといえます。

そのような中で、弁当を手間のかかるちょう結びで片づけようとしなければ、自然な行動といえるかもしれません。

皆さんは、これからの社会を担う子どもたちにどんな大人になって欲しいと願うでしょうか。

そのために私たちが、できることは何でしょうか。大人は子どもに「くがでさる」といった目に見える成果を求めがちです。

一つできれば二つできることを、二つできれば三つできることを求めてしまいません。

しかし、目に見える育ちだけが、発達の全てではありません。

「最近の子どもたちは…」と嘆く前に、まずは今ある子どもたちをしっかりと受け止め、温かなまなざしを送ることから始めてみませんか。

そんな大人たちが見守る地域の中でこそ、子どもたちにはイキイキと輝いてくるのかもしれません。

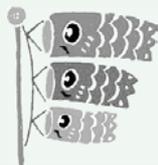
大学図書館へようこそ！

昨年の5月から新図書館の一般利用を開始し、ちょうど1年経過しました。この間の利用者は旧図書館時代よりも劇的に増加し、新たに貸し出しカードを申請された方も200人を超えました。特に以前は休館だった土曜日も、昨年からは午後9時まで開館していることもあり、一般のご来館者も多くなりました。どうぞお気軽に大学図書館をご利用ください。

※土曜日は管理の都合上、大学1号館東側の入口からお入りください。

図書館までの経路を矢印で表示しています。

※5月は国民の祝日と日曜日が休館です。



大学図書館にはこんな本があります

～「知」への誘い～からもう1歩～

『知る・見守る・ときどき助ける モンテッソーリ流「自分でできる子」の育て方』
神成美輝/著 日本実業出版社

『子どもを見守るまなざし12か月』
菅澤順子/著 東京シューレ出版

『子育てに必要なことはすべてアニメのパパに教わった』
柳沢有紀夫/著 中経出版

『保育の心理学ー地域・社会のなかで育つ子どもたちー』
中島常安/編著 同文書院



◆問い合わせ

名寄市立大学図書館 ☎01654⑧7671(直通)



EN - RAYホール イベント情報

EN - RAYホール
で行われる市の自主
事業などを紹介。

PICK UP!
5/11
FRI

Kita no Koe LIVE 2018

札幌を中心に全国的に活躍する女性シンガー爽と名寄出身のミュージシャン高橋良に加えて、地元の高校生や



▲爽



▲高橋良

大学生など計6組が出演するLIVEイベント！
出演：爽(20時頃出演予定)、高橋良(18時30分頃出演予定)、unknown(名寄産業高校)、Facilitator、渡邊みゆ(名寄市立大学)、whITe cRow(美深高校)

- とき 開場17:00/開演17:30
- 入場料 一般 1,000円
学生 500円

※全席自由。当日券は各200円増。
※未就学児入場不可。
※チケットは、EN-RAYホールチケットセンターほかで好評発売中！

PICK UP!
6/16・17
SAT SUN

SWANK企画第9回公演 「バンク・バン・レッスン」

舞台はとある銀行。防犯訓練当日を迎え、行内はなんだか落ち着かない雰囲気。そんな中に走りこんでくる2人組…。「暴走する想像力」はどんな結末を迎えるのか？



市民が中心となって演劇などの舞台活動を続けるSWANK企画の第9弾！素人の演劇と侮ることなかれ。終演後、あなたはきっと笑顔のはず。

- とき 16日(土) 開場18:30/開演19:00
17日(日) 開場15:30/開演16:00
- 入場料 一般 1,000円
学生 500円

※全席自由。当日券は一般500円増、学生200円増。
※未就学児入場不可。
※チケットは、EN-RAYホールチケットセンターほかで好評販売中！

PICK UP!
6/30
SAT

北の星座音楽祭5周年記念演奏会 アヴデーエワのショパン

北の星座音楽祭5周年を記念して2010年ショパン国際コンクールの覇者、ユリアンナ・アヴデーエワがEN-RAYホールに登場します。ドイツの名門バンベルク交響楽団のソリストとして来日する機会を捉えた全国唯一のリサイタルです。世界が認める演奏をお楽しみください。



演奏曲：バッハ「フランス風序曲」 口短調 BWV 831
ドビュッシー「版画」ほか

- とき 開場13:30/開演14:00
- 入場料 【指定席】 一般 2,500円 高校生以下 1,500円
【自由席】 一般 2,000円 高校生以下 1,000円

※当日券は各500円増。
※未就学児入場不可。
※託児あり。EN-RAYホールチケットセンターへ申し込みください。(先着10人)
※チケットは、EN-RAYホールチケットセンターほかで好評販売中！

PICK UP!
7/1
SUN

陣内の門～1st ACT～

陣内孝則&今をときめく個性豊かなキャストたちによるジャンルを超えたエンターテインメントステージ！その名もズバリ「陣内の門」！



出演：陣内孝則、鳳翔大、中島早貴、河原田巧也、松岡卓弥、小波津亜廉[Wキャスト]藍実成、菅原ブリタニー、平湯樹里、曾我泰久、瀬下尚人(THE CONVOY)、津田英祐、高橋直純

※Wキャスト：本公演の出演は藍実成です。

- とき 開場15:30/開演16:00
- 入場料 【全席指定】 5,000円

※当日券は各500円増。
※未就学児入場不可。
※託児あり。EN-RAYホールチケットセンターへ申し込みください。(先着10人)
※チケットは、EN-RAYホールチケットセンターほかで好評販売中！

CHECK!

5月
MAY

主なイベント

※詳細はポスターやチラシなどをご覧ください。

- 5/12 sat. 14:00 シニアコーラス「和の会」コンサート (無料)
- 5/19 sat. 18:00 陸上自衛隊名寄駐屯地 第30回春のコンサート (無料)

ひまわりのまち

プロジェクト

名寄市観光交流振興協議会では、本市を訪れる皆さんを「ひまわり」でお迎えする「ひまわりのまちプロジェクト」を進めています。「どこに行っても『ひまわり』のあるまち」を目指し、ひまわりで元気を発信するための活動を行っています。



ひまわりの「種」無料配布

どこに行っても「ひまわり」のあるまちを目指して、市内9カ所でひまわりの種を無料配布します。ご家庭はもちろん、会社や学校、町内会などの団体に庭先や玄関先、花壇などに「ひまわりの種」を植えて、一緒に「ひまわりのまち」をつくりませんか？

◆ひまわりの種類

夏りん蔵（1メートルくらいに成長）

ひまわりの種は、まいてからおおよそ60日後に花が咲きます。（天候により前後する可能性あり）

◆種の配布場所

市役所名寄庁舎（1階総合窓口）、市役所風連庁舎（1階地域住民課）、智恵文支所（智恵文多目的研修センター）、市民文化センター、観光案内所（駅前交流プラザ「よろーな」1階）、風連商工会（ふうれん地域交流センター1階）、なよろ温泉サンピラー、サンピラー交流館、なよろ市立天文台きたすばる

◆配布期間

5月1日（火）～31日（木）

◆その他

種の受け取りの際には、名簿に名前と住所の記入をお願いします。

育て方のポイント！

- ・日当たりの良い場所を好みます
- ・土の表面が乾いたらたっぷり水を与えてね



ひまわりボランティア（募集中）

市内を彩る「ひまわり」を育てる作業のお手伝いをするボランティアです。今年はサンピラーパーク内での作業を行います。

◆ひまわりを大切に育てられる方なら誰でもOK

個人・団体を問いません。また無償ボランティアとなります。

◆ボランティアの仕事

7月、8月の除草などシーズン中に数回の作業を行います。

◆登録が必要

ひまわりボランティアは事前に登録が必要です。（電話またはメールで登録してください）登録された方に日程と作業内容をお知らせしますので、都合の良いときにご参加ください。



問い合わせ・ボランティア登録

【名寄市観光交流振興協議会事務局】

①営業戦略課（名寄庁舎3階）

☎01654③2111（内線3350） ✉ny-eigy@city.nayoro.lg.jp

②NPO法人なよろ観光まちづくり協会（駅前交流プラザ「よろーな」1階）

☎01654⑨6711 ✉miura@nayoro-kankou.com

日進地区でのバスの乗降が無料です！

8月上旬に満開を迎えるひまわり畑がある道立サンピラーパーク、なよろ健康の森、ピヤシリスキー場など、日進地区の公共施設の利用促進を目的に、「日進ピヤシリ線」のバスを利用し、日進地区で乗降する方は運賃が無料となります。

◆期間 平成31年3月31日（日）まで

◆対象 日進研修センター～ピヤシリスキー場間で乗降する方

※名士バス～北斗団地前間で乗降する方は通常料金となります。

問い合わせ

営業戦略課（名寄庁舎3階）

☎01654③2111（内線3343）

もっと！ もち米プロジェクト

※
37

毎月10日は
「名寄もち米の日」

問い合わせ・申し込み先
名寄市食のモデル地域実行協議会
(農務課農政係・風連庁舎1階)
☎01655③2511(内線312)
ホームページ
<http://nayoro-mochigome.com/>

名寄市はもち米生産日本一のまちです。もち米を市民の皆さまの誇りとし、子どもたちが自慢できるふるさとづくりを進めるために「もっと！もち米プロジェクト」を実施しています。

日本一のもち米の里・名寄市にはまちのいたるところに「もち」がたくさん！その一部を紹介します。

あれもこれも、もちろん「もち」！



名寄市観光キャラクター 「なよろう」

市民に愛されるゆるキャラ「なよろう」。もちが大好きすぎて、頭も体ももちになってしまった男の子です。

なよろもち大使

毎年8月に開催のもちつきチャンピオン決定戦の優勝者、その名も「なよろもち大使」！イベントなどに多数出演し、名寄産もち米のPR大使としてももち米の消費拡大と普及活動を行っています。



カントリーサイン

道路沿いに設置されている市町村標識。そのデザインは、もち米の稲穂を伸びゆくおもちで表現したものです。

もち米給食

赤飯やもち粉パン、もち米コロッケなどの献立を積極的に取り入れています。腹持ちの良いもち米は、なよろっ子のパワーの源！



COLUMN

VOL.11

なよろっぽい家づくりの会



住まいのメンテナンス③

外壁が劣化していく原因は、紫外線、風雨、凍融解などの自然環境によるもの、また、ほこり、膨張・収縮による割れ・反り、塗装の剥がれ、コーキング(※)の剥がれ、釘頭の浮きなど経年によるものがあります。放置しておくとう壁材の耐久性が落ち、雨水が侵入したり、カビが発生するなどの問題が起こります。それぞれのメンテナンス方法は次のとおりです。

■ほこり・汚れ

ホースなどで水を掛け、洗い流してください。換気扇のまわりなどの頑固な汚れは、住まいの洗剤をお湯で薄めたものをスポンジに付けて洗い、洗剤を水で洗い流してください。

■塗装の剥がれ

外壁材の塗装は、耐水性・耐候性・耐アルカリ性に優れているので短期間に剥がれたり、変色したりすることはありませんが、窓まわりや土台近くは水分の凍融解などが起こって剥がれたり変色したりする場合があります。その場合は塗装の塗り

替えをしますが、周辺の浮いた塗膜もかき落としてから塗装するように注意してください。

■コーキングの割れ

外壁材の継ぎ目のコーキングは年数とともに硬化・収縮し、割れや隙間が発生する場合があります。部分的であればその部分を補修し、全体的に発生した場合は新たにコーキングを打ち直します。

■釘頭の浮き

年数が経過すると、外壁材を木下地に打ち留めた釘頭が外壁材の表面に浮いてくる場合があります。浮き上がりが大きい釘頭は金づちで静かに打ち込んでください。この時に釘頭の塗装が剥がれた場合は同色の塗料で塗りつぶすとさびを防げます。

※コーキング 水漏れなどを防ぐため、継ぎ目や裂け目などの隙間をふさぐこと。



■問い合わせ なよろっぽい家づくりの会事務局
(NPO法人なよろ観光まちづくり協会内)
☎01654⑨6711



誕生もち助成事業

健やかな成長を願って

市では1歳を迎えるお子さまに、日本一の名産もち米を使った「誕生もち」を贈呈しています。



ふじさわ そあ
藤澤 空杏ちゃん
平成29年2月生まれ

保護者からの
メッセージ
すくすく育ちますよ
うに！！



かとう あいり
加藤 愛梨ちゃん
平成29年2月生まれ

保護者からの
メッセージ
元気一杯の毎日だけ
ど、これ以上いたず
らしないでねえ♡



「誕生もち」とは

お子さまの満1歳の誕生日を祝う行事に使うもちで、1升ほどのもちを風呂敷などにくるんで赤ちゃんに背負わせて歩かせたりします。「もちのように粘り強い体と心を授かる」「一生食べ物に不自由しない」「すくすくと成長する」などさまざまな願いが込められています。

問い合わせ 子育て未来課子育て支援係(名寄庁舎2階) ☎01654③2111(内線3245)

日本最北のワイナリー創生 ・名寄(なよる)ワイン特区 が構造改革特別区域計画に認定!

本市は、3月30日に内閣府地方創生推進事務局から構造改革特別区域計画の認定を受けました。



- ◆特区概要
計画の名称 日本最北のワイナリー創生・名寄(なよる)ワイン特区
- 計画の区域 名寄全域
- 特例措置の名称 特産酒類の製造事業

この特区認定により、名寄市内で生産されたぶどうなどの果実を100%使用する場合に限り、酒税法で定められている酒類製造免許に係る最低製造数量基準(6キロリットル)が、果実酒(ワイン等)は2キロリットル、リキュールについては1キロリットルにそれぞれ引き下げられ、酒類製造免許を受けることが可能となります。

※酒類(果実酒)製造は、酒類製造免許の取得が必要となります。

- ◆自家醸造施設開設予定者
事業者名: 森臥
所在地: 北海道名寄市弥生674番地
ホームページ: <https://shinga-shinga.jimdo.com/>

※計画概要等は、次のリンク先をご覧ください。
【内閣府 地方創生推進事務局(構造改革特区)HP】
<http://www.kantei.go.jp/jp/singi/tiiki/kouzou2/index.html>

問い合わせ
企画課企画調整係(名寄庁舎3階)
☎01654③2111(内線3306) ✉ny-kikaku@city.nayoro.lg.jp

タッチケアサロンの のご案内

赤ちゃんとの触れ合いを通し、育児や生活の情報など、お茶を飲みながら気軽にお話しませんか?



- ◆とき 5月8日(火)、15日(火)、23日(水)、29日(火) 14:00~15:30
- ◆ところ 市立大学 5号館 小児・母性看護実習室
- ◆内容 タッチケア(マッサージ)、学生による手遊び、茶話会、育児相談など
- ◆対象 2~12カ月までのお子さんと保護者、妊娠中の方
- ◆持ち物 バスタオル、ベビーオイルやローション(使用している方)
- ◆講師 日本タッチケア協会認定指導者
市立大学 保健福祉学部 看護学科
教授 笹木葉子 / 准教授 加藤千恵子 / 助教 渡邊友香

◆申し込み・問い合わせ

市立大学 笹木研究室
☎01654②4194(内線3216)

✉touchcare@nayoro.ac.jp
※件名は「タッチケア」で送信してください。
※送信後このアドレスからのメールを受信できるようにしてください。



平成30年度 生きがい講座利用者を 募集します

60歳以上



受講無料
※材料費は自己負担です。

趣味活動を通じて創造性豊かな生活をしながら交流を深めませんか。

手びねり陶芸

- ◆とき
【1班・2班】
隔週水・金曜日
9:30～14:00
※1班と2班がそれぞれ
1週間おきに行きます。
- ◆ところ
市民文化センター
(西13南4)



シニアコーラス

- ◆とき
毎週木曜日
13:30～15:30
5月12日(土)14:00市
民文化センターでコ
ンサート開催!
- ◆ところ
総合福祉センター(西1南12)



手芸

- ◆とき
毎週木曜日
9:30～15:00
- ◆ところ
総合福祉センター
(西1南12)

※定員になり次第、募集を締め切らせていただく場合があります。

◆申し込み・問い合わせ

高齢者支援課高齢福祉係(名寄庁舎2階) ☎01654③2111(内線3231、3232)

認知症カフェ 「にこにこカフェ」 へお越しください

認知症の方やその家族同士でお茶を飲みながら、交流ができる場です。

認知症介護の専門職や「認知症サポーターの会」会員もスタッフとしてお待ちしております。

- *とき
毎月25日 13時30分～15時30分
- *ところ
北国雪国ふるさと交流館(大通北1)
- *対象者
認知症の方の家族および認知症の方
- *参加費
1人 200円(茶菓代)
- *申し込み
事前に申し込みください。

- ◆申し込み・問い合わせ
地域包括支援センター(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3263)

今月の手話

平成27年3月に「名寄市みんなを結ぶ手話条例」が施行されました。このコーナーでは、市民の皆さまに、手話を親しんでいただくために、毎月1つずつ、手話を紹介します。

- ◆問い合わせ 社会福祉課(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3225)

その26「飲む」



コップに入れた水を飲むように、軽く丸めた右手を口に向けて傾けます。



今月の講師

上川北部聴覚障害者協会名寄支部(名寄近郊に住む聴覚障がい者の会)
森 幸子さん

5月から順次オープン
予定です

体育施設 オープン情報

各施設で利用・時間によって使用料が異なりますので詳しくはお問い合わせください。
なお、雪解けや天候により、オープン日が変わる場合がありますのでご了承ください。
利用にあたってはマナーを守りましょう。

名寄地区

施設	オープン日	備考
市営テニスコート	5月1日(火)	
市営球場	5月1日(火)	
B & G 海洋センタープール	5月21日(月) 予定	水曜の午前中休館
南水泳プール	5月15日(火) 予定	金曜の午前中休館
智恵文水泳プール	6月15日(金) 予定	



風連地区

【問い合わせ】一般財団法人名寄市体育協会(スポーツセンター内) ☎01654③6627

施設	オープン日	備考
風連東地区パークゴルフ場	5月1日(火)	全3コース、無料
風連テニスコート	5月1日(火)	風連B G 窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(火)	事前申込が必要です
風連B & G 海洋センタープール	5月19日(土) 予定	月曜休館

※各施設や大会で使用する場合は事前に申し込みください。月曜が祝日・休日の場合、開館時間から17時まで開館しています。

【問い合わせ】風連生涯学習担当(ふうれん地域交流センター内) ☎01655③2620

和寒町 三笠山夜桜まつり



とき 5月11日(金)
ところ 三笠山ふれあいのもり
(和寒町字三笠)

内容 桜を眺めながら、和寒名物のジンギスカンが味わえ、カラオケ大会や特産品が当たる抽選会などが行われます。

問い合わせ 和寒町観光協会
☎0165(32)2341

剣淵町 桜まつり



とき 5月13日(日)
ところ 桜岡キャンプ場(剣淵町東町)
内容 焼き鳥やおでんなどが販売され、近くの桜岡湖ではカヌー試乗体験なども楽しめます。さらに、イベントくじや、もちまきなど盛りだくさんの内容です。

問い合わせ 剣淵町観光協会
☎0165(34)3848



天塩川だより

定住自立圏の構成市町村のイベントを紹介します

音威子府村 第3回小さな村g7サミット in音威子府村

とき 5月25日(金)~27日(日)
ところ 音威子府村公民館
(音威子府村字音威子府444番地3)
内容 全国を7ブロックに分け、その一番人口の少ない村が連携・情報交換し発信するサミット。小さな村が生き残るため、移住促進に向けた取り組みを中心に、今回のテーマは「小さな村でできる教育」。藻谷氏(日本総研)の講演(5月25日実施)や公開シンポジウム(5月26日実施)では、多くの来場者をお待ちしています。(入場無料)

問い合わせ 音威子府村総務課地域振興室
☎01656⑤3311

男女

共同参画社会の
実現をめざして

あなたの身近に男女共同参画

男女共同参画とは、男性も女性もお互いを認め合い、協力し合いながらそれぞれの個性と能力を發揮し、性別に関係なく自分の意志でさまざまな活動の計画段階から加わることや、その利益を等しく受けることができ、その責任を共に持つことをいいます。また、そのような社会のことを「男女共同参画社会」といいます。

家庭の中で

- ◆子育てはお互いが協力し合うもの
子育ては、父親・母親共に責任を持ち協力して取り組むものです。
子どもとふれ合うひとときは、家族みんなにとってかけがえのないひとときです。
- ◆家事は家族みんなの仕事
一人ひとりができることをしながら、家族みんなて協力し合うと、きっと快適に過ごせます。
- ◆介護はみんなの支え合い
「介護」は女性の役割といった考えは、固定的な性別役割分担意識の一つです。
男女が共に協力し合いながら取り組みましょう。



男女共同参画の実現に向けて

男女共同参画は、身近なあらゆる場面に存在しています。一人ひとりの小さな取り組みの積み重ねが、男女が共に支え合いながらそれぞれの個性や能力を發揮し、自分らしく暮らすことができる社会、すなわち「男女共同参画社会」の実現につながります。
男女共同参画は女性だけでなく男性にとっても、社会の発展にとっても重要です。
皆さんもできることから始めてみましょう。



問い合わせ

企画課男女共同参画担当(名寄庁舎3階)
☎01654③2111(内線3305)
✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

「今より安くなる」 光回線サービスの勧誘 電話に注意!

名寄市 消費生活センター通信

問い合わせ 消費生活センター ☎01654②3575

事例

「お客さまが現在利用している光回線料金が、5月から1,080円高くなります。大手電話会社へ乗り換えると今より安くなりますよ」と電話で勧誘された。その後、現在契約中の事業者を確認したところ、5月から値上がりしないことが分かった。
(70代男性)



- ◆必要がなければきっぱり断りましょう
「今より安くなる」と勧誘されても、契約前に書面を求め「何がいくら安くなるか」など契約内容をよく確認しましょう。
- ◆事業者名や連絡先をよく確認しましょう
代理店が大手電話会社や関連会社を名乗ったり、誤解を招くような勧誘が多くみられます。
- ◆契約した場合でも、もう一度確認を
契約先の事業者名やサービス名、契約内容(月額料金・オプションサービス・契約期間・解約料など)を確認しましょう。
- ◆初期契約解除制度
契約しても、書面を受け取ってから8日間は初期契約解除ができます。
キャンセルするときは早めに事業者へ連絡しましょう。

アドバイス

困ったときは消費生活センターに相談ください。

子育て支援センター



子育て支援センターは、未就学児童が保護者と一緒に利用できる施設です。

地域子育て支援センター

「ひまわりらんど」(西2南9)

☎01654②5683

☒my-kosodate soudan @city.nayoro.lg.jp

開館 午前 9時～12時

午後 13時30分～16時

休館 土・日・祝日・年末年始

風連地域子育て支援センター

「こぐま」(風連町西町284・風連さくら保育園内)

☎01655③2378

開館 遊びの広場 10時～11時30分

相談 10時～15時

休館 水・金・土・日・祝日・年末年始

子育て支援事業

親子お出かけバスツアー

◆とき 6月9日(土)

◆ところ 旧風連日進保育所

◆内容 お弁当持参のバス遠足

◆参加費 無料

◆申込方法 市内子育て支援センターへ直接または電話で申し込みください。

◆申込期限 5月1日(火)～25日(金)



ひまわりらんど

ひまわりらんどについて

行事に参加されなくても、施設で遊ぶことができます。また、子育てに関する相談も随時受け付けています。(電話・メールも可能)

離乳食のお話

◆とき 5月10日(木) 14時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 月齢に合わせた離乳食の進め方を学びましょう。

◆講師 和田 祐佳氏(市立保育所管理栄養士)

◆定員 親子15組(先着)

◆申し込み 必要

人形劇鑑賞

◆とき 5月25日(金) 10時30分～11時30分

◆ところ 市民文化センター

◆内容 親子で人形劇を楽しみましょう。

◆講師 人形劇団「キノッピー」

◆申し込み なし

こどもの発達

年齢別の子どもの発達を学びましょう。



◆とき ①6月6日(水)、②12日(火)、③26日(火) 10時30分～11時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 ①0～1歳児の発達②2～3歳児の発達③4～5歳児の発達

◆講師 奥村 香澄氏(市立大学講師)

◆定員 各回親子10組

◆申し込み 5月1日(火)から

幼児の食事とおやつ

◆とき 6月8日(金) 14時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 幼児期に必要な食事の量やおやつについて学びましょう。

◆講師 和田 祐佳氏(市立保育所管理栄養士)

◆定員 親子15組(先着)

◆申し込み 5月1日(火)から

子育てミニ講座

◆とき 6月7日(木)、21日(木) 10時30分～11時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 子育ての悩みなどについて気軽に話しませんか?マジックショーもあります。



◆講師 傳馬 淳一郎氏(市立大学准教授)

◆定員 各回親子10組(先着)

◆申し込み 5月1日(火)から

◆とき 6月14日(木) 10時～11時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 幼児期に起こりやすい事故の予防や手当、かかりやすい病気と看病の仕方学びます。

◆講師 旭川赤十字病院 看護師

◆定員 親子15組(先着)

◆申し込み 5月1日(火)から

こぐま

◆とき 5月17日(木) 10時～11時30分

◆ところ さくら保育園

◆内容 火災を想定しての避難訓練をします。

◆申し込み なし

◆とき 6月7日(木) 10時～11時30分

◆ところ さくら保育園

◆内容 公園内で楽しく遊びます。

◆申し込み なし

※雨天の場合は、さくら保育園内で運動あそびをします。

児童センター



児童センター「ほっと21」(西11北2)

☎FAX 01654③3465

開館 9時～21時

※放課後児童の利用時間は13時～17時

休館 日・祝日・年末年始

一輪車教室

初心者向けの一輪車教室です!

◆とき 5月19日(土)、26日(土) 10時～11時30分

◆ところ 児童センター

◆対象 市内小学生

◆定員 20人

◆持ち物 上靴

◆申込方法 なよろっこ5月号に掲載の申込書に必要事項を記入し、窓口へ提出。(電話申し込み可)

◆申込期限 5月9日(水)

◆チャレンジデー 児童センターでもチャレンジデーをします。一輪車やなわとびに挑戦しよう。

◆とき 5月30日(水) 15時～16時

◆ところ 児童センター

◆対象 市内小学生

◆定員 なし

◆持ち物 上靴

◆申し込み なし

公民館



市民文化センター(西13南4)
 ☎016554②2218
 FAX016554②2356
 mhunsei@city.nayoro.lg.jp
 開館 8時〜22時
 休館 月末・年末年始
 風連公民館(風連町本町63・
 ふっりん地域交流センター内)
 ☎016555③2620
 FAX016555③2321

市民文化センター

ノルディックウォーク

講習会

◆とき 5月23日(水)、6月21日(木)、7月18日(水)、8月22日(水)、9月19日(水) 9時〜10時30分

◆ところ 浅江島公園(市民文化センター集合)
 ◆講師 阿部 雅司氏(市スポーツ振興アドバイザー)
 ◆定員 各回先着20人

市民講座

「豆腐・みそ作り教室」

地元の農産物で、豆腐やみそを手作りしてみませんか?
 ◆とき ①6月4日(月)、②5日(火)、③6日(水)【全3回】
 ①②は13時〜16時、③は9時〜12時
 ◆ところ 名寄市農産物簡易加工処理施設「あぐりん館」

◆講師 齊藤 美知氏(カントリ・ママ・クラブ会長)

◆定員 先着20人

◆参加費 1600円

◆持ち物 エプロン、三角巾、手ぬぐい、みそを入れる一斗樽、持ち帰り用タッパー

◆申込期間 5月7日(月)〜28日(月)

市民講座

「手芸アクセサリー教室」

〜第2弾〜

◆とき 6月8日(金)、15日(金) 10時〜12時

◆ところ 市民文化センター

◆内容 ストローやレジンをを使って、ネックレスやイヤリングを作ります。

◆講師 綿こいの皆さん

◆定員 先着12人

◆参加費 1500円

◆持ち物 筆記用具、ハサミ、定規

◆申込期間 5月11日(金)〜25日(金)

市民講座「エンレイ・カレッジ」

「初級編」

これまでの「なよろ入門」が10年を経て「エンレイ・カレッジ」にリニューアル! 初級編ではまちでの見学・体験を通して、名寄の魅力を感じながら学習を深めます。

◆とき 6月14日(木)〜9月13日(木)【全5回】 10時〜12時(多少変動あり)

◆ところ 市民文化センター

◆定員 27人(定員を超えたら抽選)

◆申込期間 5月14日(月)〜28日(月)

図書館

図書館名寄本館(大通南2)

☎016554②4751
 FAX016554②4897

開館 火・金 9時30分〜17時
 水・木 9時30分〜20時
 ※17時以降は1階のみ

休館 土・日 9時30分〜16時
 月・月末・祝・年末年始

図書館風連分館(風連町南町84)
 ☎・FAX016555③2871
 開館 月・金 9時30分〜17時
 土 9時30分〜16時
 休館 日・月末・祝・年末年始

新着図書

毎週土曜日に市ホームページでお知らせしています。

名寄本館

ミニ展示コーナー

「経営者を読み解く」
 「自転車にのってだけよう!」

本の読み聞かせなど

◆金曜おはなしクラブ(金曜日)

◆とき 5月11日、18日、25日 15時30分

◆対象 3歳以上〜小学生

◆ペンギンクラブ(木曜日)

◆とき 5月17日 10時30分

◆対象 3歳未満児・保護者

◆5月の休館日
 3日(木)〜5日(土)、7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)、31日(木)

風連分館

◆春のおはなし会

◆とき 5月10日(木)

◆ところ 子育て支援センター

◆対象 3歳未満児・保護者

◆おはなしタイム(木曜日)

◆とき 5月10日、17日、24日 15時

◆対象 3歳以上〜小学生

◆おはなしポケット(火曜日)

◆とき 5月29日 11時20分

◆対象 3歳未満児・保護者

◆ところ 子育て支援センター

◆とき 5月10日、17日、24日 15時

◆対象 3歳以上〜小学生

◆おはなしタイム(木曜日)

◆とき 5月10日、17日、24日 15時

◆対象 3歳以上〜小学生

◆おはなしタイム(木曜日)

◆とき 5月10日、17日、24日 15時

◆対象 3歳以上〜小学生

◆おはなしタイム(木曜日)

◆とき 5月10日、17日、24日 15時

【名寄地区】		
8・22日(火)	麻生公園前	15:10~15:25
	ライラック公園前	15:35~15:50
	はなぞの広場前	16:00~16:20
2・16日(水)	第1老人クラブ前	15:10~15:25
	ハルニレ公園前	15:35~15:50
	浅江島公園築山前	16:00~16:20
9・23日(水)	緑丘第1団地	15:10~15:25
	カピラー・マ・ガレット 行道管住宅前	15:35~15:50
10・24日(木)	コデマリ公園前	15:35~15:55
	西10南1 自衛隊官舎前	16:00~16:20
【風連地区】		
9日(水)	市街地区(野村様宅前)	10:35~10:45
	フロンティアハウス	10:55~11:10

5月の休館日
 3日(木)〜6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日)、31日(木)

博物館

北国博物館(緑丘22)

TEL 01654 2575

FAX 01654 2575

〒991-8501 青森県青森市南町85

開館 9時～17時

休館 月・年末年始

※見学は北国博物館へ(月・土・日曜日、国民の休日は不可)



企画展(無料)

◆人里にくらす鳥くカラスのふしぎスズメのみみつゝ身近な鳥、カラスとスズメの意外に知られていない生態などを紹介します。

◆とき 5月12日(土)～6月3日(日)

◆ところ 北国博物館 ギャラリーホール(1階)

◆内容 カラスとスズメの分類・生活と一生など

新緑の森観察会

なよる健康の森の遊歩道で植物、野鳥を観察しながら初夏の自然を楽しみます。

◆とき 5月27日(日) 9時～12時

◆ところ 北国博物館集合、バスでなよる健康の森へ

◆講師 なよる野の花の会は保護者同伴

◆対象 市民(小学低学年は保護者同伴)

◆定員 先着30人

◆参加費 100円(傷害保険料)

◆持ち物 林道を歩ける靴、雨具、軍手、飲み物など

◆申込期間 5月9日(水)～23日(水)

S Lキマロキが見られます

かつて冬の道北で活躍したS L排雪列車キマロキが、北国博物館前に野外展示されています。全国で唯一の静態保存編成として、毎年、鉄道ファンを集めます。冬の雪囲いが外れて、降雪期の10月中旬まで公開しています。

天文台

なよる市立天文台「きたすばる」(日進170道立サンピラーパーク星見の丘)

TEL 01654 23956
FAX 01654 20267
HP http://www.nayoro-star.jp

HP http://www.nayoro-star.jp

5月の利用案内

◆休館日 1日(火)、7日(月)～10日(木)、14日(月)、21日(月)、28日(月)

◆観覧料 一般410円、学生300円、65歳以上200円、高校生以下無料

◆天体観望

◆月面が見える日 17日(木)～30日(水)

◆今月見える惑星 水星(中旬まで)、金星、木星

※晴れている昼間に見ることができる星もあります。

1.6メートル「ピリカ」望遠鏡

◆見学・観望 見学のみ 2日(水)～31日(木) 13時～18時30分頃(休館日を除く)

◆天気が良ければ星が見える日 2日(水)～6日(日)、11日(金)～13日(日)、18日(金)～20日(日)、25日(金)～27日(日)

18時30分頃～21時30分

プラネタリウム

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	ROSETTA ～彗星の謎に迫る～	ナナとハチ～ちきゅうにおちてきたネコのものがたり～
16:00	オデッセイ 果てしなく美しい宇宙	オデッセイ 果てしなく美しい宇宙
18:00	ROSETTA ～彗星の謎に迫る～	ROSETTA ～彗星の謎に迫る～
20:00	オデッセイ 果てしなく美しい宇宙	オデッセイ 果てしなく美しい宇宙

※5月19日(土)は「フェリスダービー プラネタリウムライブ」開催のため、20時から

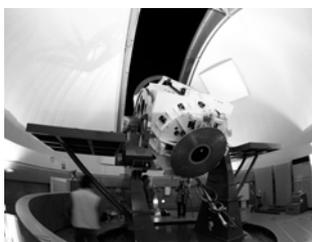
の投影は20時50分に変更します。

きたすばるピリカWeek!(観覧料のみ)

ゴールデンウィーク期間中は、ピリカ望遠鏡で星を見よう!

◆とき 5月6日(日)まで 18時30分～21時30分

※休館日(5月1日)を除く



春眠プラネタリウム

南天の星空をご案内する、癒しのプラネタリウム。

◆とき 5月13日(日) ①15時、②17時 各回50分程度

◆参加費 無料

◆定員 各回先着50人

◆フェリスダービー プラネタリウムライブ

◆とき 5月19日(土) 開演19時/開演19時30分

◆参加費 無料

◆定員 先着50人

M104 ソンブレロ銀河



2017年3月26日 (撮影者 村上恭彦)

おとめ座にあるM104 ソンブレロ銀河は、地球から約4600万光年離れたところにある銀河です。メキシコで知られている「ソブレロ」を横から見た形に似ていることから、そのように呼ばれています。

ピリカ望遠鏡は急ぎよ、必要な観測が生じた場合に、見学・観望ができないことがあります。ご了承ください。詳しくは天文台までお問い合わせください。



5月の太陽・月の暦

日	日の出	日の入	月の出	月の入	日	月の形
1日	4:19	18:36	19:39	5:19	8日	☾下弦
10日	4:07	18:47	1:42	12:41	15日	☉新月
20日	3:56	18:58	8:28	23:38	22日	☽上弦
31日	3:47	19:09	20:23	5:07	29日	☾満月

問 問い合わせ

申 申し込み

名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

消火栓放水点検
 漏水の確認、清掃などのため消火栓放水点検を5月から9月にかけて市内各地区(私設、風連地区を除く)で行います。作業区域では、一時赤水の発生や、水が濁る場合がありますが、ご理解をお願いします。

春季消防訓練のお知らせ
 市内に設置されているサイレンを吹鳴し、次の場所で消防訓練を実施します。
 訓練実施中にホースが道路を横断する箇所は片側交互通行や通行止めとなりますので誘導員の指示に従って通行してください。また、消火栓を使用するため水道水が赤く濁る恐れがあります。

夜間窓口

- ◆とき 5月23日(水)～25日(金) 17:30～19:30
- ◆ところ 納税窓口 税務課納税係 名2階 国保窓口 市民課国保高齢医療係 名1階

暮らしのリサイクル (10:00～16:00)

不用になった家庭用品などを紹介します。お気軽にお電話ください。※受け渡しは原則として無償で行います。

- ◆ゆずりませ ①もちつき機 ②鏡台(イスなし) ③引き出し式整理タンス(5段) ④ベビーバス ⑤電球式リビングライト ⑥ダイヤル式金庫 ⑦弓道袴(男性用M) ⑧弓道の弓(矢はない) ⑨スーツ(女の子用130センチ) ⑩ジャンパースカート(妊婦用L) ⑪囲碁セット ⑫柔道着 ⑬バイオトイレ(室内介護用) ⑭食卓イス(幼児用・木製)
- ◆ゆずってください ①Wベッド ②電子レンジ ③厚い将棋盤 ④ジュニアシート(車用) ⑤卓上ミシン ⑥子ども自転車(16インチ女の子) ⑦野球グローブ(大人用) ⑧サイクルバイク(室内用)

問 名寄消費者協会 ☎01654③5630

市長室開放事業を開催します

- ◆対象 市民または市民が組織する団体やサークルなど
- ◆開催日時 土日祝を除いた5月1日(火)～31日(木) 9時～17時30分の20～30分 ※市長の公務を優先します。
- ◆懇談場所 市役所名寄庁舎や風連庁舎の市長室など
- ◆懇談内容 地域活動やまちづくりの話、市政への要望・疑問など ※個人的な要望・相談・苦情・宗教に関する意見、書面による要望の提出、または懇談にふさわしくないと判断される場合は、お断りさせていただきます。

申・問 企画課秘書係 名 3階(内線3304)

◆点検時間 10時～12時、13時～16時
 ※多少変更の可能性あり
 ◆5月点検地域 旭東北区、ノースタウン区、東12区、日進、北新区、西12区、2区、北斗区、新北斗団地、大橋区、大橋商工団地

◆とき 5月20日(日) 14時
 ◆ところ 名寄市特別養護老人ホーム清峰園(東8南8)

◆売却条件 ①契約後5年以内に購入地の有効活用(住宅・マンション・アパート・駐車場などの建設)をすること ②契約後5年間、更地のまま土地の所有権を第三者に移転しないこと ③性風俗営業や指定暴力団などの事務所の用途に活用しないこと ④市税に滞納のないこと
 ◆申込期間 5月7日(月)～18日(金)
 ※複数区画の申し込み可。 ※1区画に2人以上の申し込みがあつた場合は抽選とする。
 ◆売却決定日 5月21日(月)
 ※抽選の場合は、当日市役所名寄庁舎で実施します。

◆売却条件 ①契約後5年以内に購入地の有効活用(住宅・マンション・アパート・駐車場などの建設)をすること ②契約後5年間、更地のまま土地の所有権を第三者に移転しないこと ③性風俗営業や指定暴力団などの事務所の用途に活用しないこと ④市税に滞納のないこと
 ◆申込期間 5月7日(月)～18日(金)
 ※複数区画の申し込み可。 ※1区画に2人以上の申し込みがあつた場合は抽選とする。
 ◆売却決定日 5月21日(月)
 ※抽選の場合は、当日市役所名寄庁舎で実施します。

遊休市有財産(土地)を売却します
 ◆売却条件 ①契約後5年以内に購入地の有効活用(住宅・マンション・アパート・駐車場などの建設)をすること ②契約後5年間、更地のまま土地の所有権を第三者に移転しないこと ③性風俗営業や指定暴力団などの事務所の用途に活用しないこと ④市税に滞納のないこと
 ◆申込期間 5月7日(月)～18日(金)
 ※複数区画の申し込み可。 ※1区画に2人以上の申し込みがあつた場合は抽選とする。
 ◆売却決定日 5月21日(月)
 ※抽選の場合は、当日市役所名寄庁舎で実施します。

申・問

名 財政課管財係 3階(内線3334) 3335

区分	所在	地番	地積	売却価格
土地	風連町仲町	56番2	452.71㎡	206万9,000円
土地	西11北4	8番10、70、71	523.04㎡	485万0,000円
土地	西5北11	58番22	945.68㎡	417万4,000円
土地	西5北11	58番25	952.79㎡	408万3,000円
土地	西10南1	97番4、9	258.50㎡	350万2,000円

◆売却物件 金額と、契約時から40日以内に全額を支払ってください。

問

名 環境生活課環境・生活安全係 1階(内線3126)



◆相談内容 人権擁護委員 ◆相談内容 人権問題、家庭問題、「いじめ」問題を始め、近隣関係のいざこざなどの身近な法律問題、その他なんでも結構です。 ※相談は無料で秘密は守られます。

特設人権心配ごと相談所を開設します
 ◆とき・ところ ①6月1日(金) 10時～15時 旭川地方事務局名寄支局(西1南11) ②6月1日(金) 10時～15時 ふうれん地域交流センター(風連町本町63)

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

◆国保からのお知らせ

◆次の場合は14日以内に必ず届け出を

- ◇国保に加入するとき
- ・転入した
- ・退職などで職場の健康保険をやめた
- ・子どもが生まれた
- ◇国保をやめるとき
- ・転出する
- ・就職などで職場の健康保険に加入した
- ・被保険者が死亡した

※他の健康保険に加入しているながら国保の保険証で医療機関を受診した場合、市が負担した医療費を返還していただきます。また、会社などの健康保険に加入後、国保脱退の届け出をしない場合、社会保険料と国保税を二重に支払うことがあるのでご注意ください。

◆確定申告はお済みですか

国保税額は、所得に応じ計算されます。確定申告をしていないと、所得の決定ができないため、軽減措置を受けられず税額が高くなったり、高額療養費の自己負担額が高くなるなどの都合が生じることがあります。また平成29年分の確定申告を行っていない方は、速やかにまいりましょう。

届出先・問

市民課国保高齢医療係
1階(内線3114・3118)
地域住民課市民係
1階(内線119)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

「未来(あした)の森」市民植樹会参加者募集

上川北部石油業協同組合名寄灯油部会・名寄カーライフステーション会および名寄プロパンガス協会は、地球温暖化防止を目的に「未来の森プロジェクト」として森林整備を行っており、その一環として桜の苗木を植える市民植樹会を実施します。

◆とき 5月26日(土) 10時～12時

◆ところ 集合場所 ひまわりらんど(西2南9)

◆植樹会場 智恵文北山

※各自自家用車で移動し、現地解散となります。

◆内容 家族単位で桜の苗木を植樹します。苗木には後日記念プレートを設置します。

◆対象 市民

◆参加料 無料

◆持ち物 長靴を持参のうえ、汚れてもよい服装でお越しください。

※軍手・スコップは用意します。

◆申込期限 5月18日(金)

申・問 上川北部石油業協同組合(西1南8)

☎1654②3966

保育施設等への就職を応援します

◆保育士等就職支援給付金

◇対象 保育士または幼稚園教諭の資格を有し、新たに市内保育施設等へ就職する者

◇給付額 上限30万円

◆保育士等奨学金返還支援助成金

◇対象 奨学金の貸与を受け修学し、卒業後に市内保育施設等へ就職した保育士または幼稚園教諭の資格を有する者

◇助成額

奨学金返還支援助成金：上限月額2万円

就業奨励金：上限40万円

◆保育士等借上げ支援補助金

◇対象 採用5年目以内の保育士および幼稚園教諭を雇用し、居住させるための宿舍を借上げている事業者

◇補助金額 補助対象経費の75パーセントまたは、50パーセント。

※職種により補助率が変わります。

申・問

こども未来課こども福祉係
2階(内線3244)

家庭で取り組む7つのポイント

子どもたちの学力や体力の向上、豊かな心の育成には、望ましい生活習慣や学習習慣などの定着を図ることが大切です。

このため、市教育委員会では「家庭で取り組む7つのポイント」を示し、学校と家庭や地域の皆さまに、ご理解とご協力をお願いしています。

新年度が始まりました。皆さまには、子どもたちの生活や学習などの状況を見直し、次の7つのポイントに基づいて子どもたちをいっそう健やかに育んでいただきますようお願いいたします。

- 家庭で取り組む7つのポイント
- ①朝食を食べる習慣が大切です
 - ②節度ある生活習慣が大切です
 - ③家庭で学習する習慣が大切です
 - ④読書に親しむ習慣が大切です
 - ⑤運動する習慣が大切です
 - ⑥自尊感情を育むことが大切です
 - ⑦いじめは許されないと教えることが大切です

※詳細は、市のホームページで見ることができます。

問 学校教育課
3階(内線3377)

平成30年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。調査へのご協力をお願いします。

調査時点：平成30年6月1日

問 企画課企画調整係 名 3階(内線3305)



工業統計キャラクター・コウチャ

木造住宅の耐震診断・耐震改修費用の補助をします

◆耐震診断補助金交付事業

◇対象住宅 次のすべてに該当するもの

- ①市内の戸建て住宅、長屋、共同住宅または併用住宅（住宅部分の床面積が延べ床面積の2分の1以上）
- ②昭和56年5月31日以前に着工した、木造地上2階建て以下で延べ床面積が500平方メートル以下の住宅
- ③建築基準法やその他の関係法令に違反していないこと
- ④対象住宅における固定資産税の滞納がないこと

◇補助金額 耐震診断費用の全額（上限5万円）

◇診断者 北海道に登録されている耐震診断技術者に限る

◆耐震改修補助金交付事業

◇対象住宅 耐震診断対象住宅の①から④すべてに該当し、耐震診断の結果、耐震強度が不足していると判断された住宅

◇補助金額 耐震改修工事費の10%（上限30万円）

◇改修業者 北海道に登録されている耐震改修技術者が所属する業者に限る



◆共通事項

◇対象者 対象住宅の所有者または居住者（対象住宅所有者の2親等以内の親族に限る）で市税の滞納がない市民

◇募集期間 5月7日（月）～11月30日（金）

※先着順に受け付けし、今年度予算枠（各事業5件程度）に達した場合は募集を終了します。

◇申請方法 診断や改修を行う前に申請が必要です。まずは問い合わせください。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆無料簡易耐震診断

居住住宅がどの程度地震の被害を受けにくいのかを簡易に判定します。

現地調査は行わず、建設当時の建築確認申請書などの図面と居住者への聞き取りから判定します。

申・問

建築課指導係

風 2階（内線2226）

上下水道料金の集金・検針のお知らせ

市では、料金収納・検針事務を次のとおり委託し、水道使用の利便性を図っています。水道料金の口座振替を希望する方は、市内の各金融機関または市役所で手続きをしてください。

地区	業務	委託員（業者）
名寄地区 (曙・共和・瑞穂・ 砺波・内淵を除く)	上下水道料金徴収・収納	・夏坂 弘貴
	水道メーター検針	・清水 ひろえ ・吉田 千尋 ・川崎 由希 ・佐々木 敏子 ・松田 ゆかり ・中山 精子
智恵文地区	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・菱輪 健二 ・菱輪 頼子
風連地区 曙・共和・瑞穂・ 砺波・内淵	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・株式会社カンリ

手続先・問

上下水道室業務課業務係

名 3階（内線3360）
3363

雇用・労働に係る相談について

使用者など（経営者・上司・先輩・同僚）の労働者に対する不当な労働行為などで困っている、悩んでいる、解決できる方法はないかなど相談できるところをお探しの方は、お問い合わせ先にご連絡ください。相談内容に応じた専門機関をご紹介します。

問 営業戦略課

名 3階（内線3342）

農業用水路などでの事故に注意してください

農業が本格化する季節になると、農業用貯水池や農業用水路などの農業用排水施設での事故が起こりやすくなります。

特に小さな子どもは好奇心から施設に近づいてしまうことがあるので、保護者は施設に近づかないよう注意喚起するとともに、農業用排水施設が近くにある場所では、子どもから目を離さないようにしてください。

また、大人でも事故にあう危険があるので、たとえ用事があるときでも施設にひとりで近づいたり、暗い時間帯に近づくことは避けてください。

問 耕地林務課管理係

風 1階（内線323）

障がい者相談員を紹介し

- ◆身体障がい者相談員 成田 勇一 01654③2877
- ◆知的障がい者相談員 石森 和敬 01654②4857

◆精神障がい者相談員

村上 義一 01654③8007

問 社会福祉課障がい福祉係
名 2階（内線3225）

健康づくり体操教室

- ◆とき 5月3日（木）10日（木）、17日（木）、24日（木）、30日（水） 9時30分～11時15分
- ◆ところ 総合福祉センター（西1南12）

◆対象 おおむね60歳以上

◆内容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術、ラジオ体操

◆持ち物 上靴

◆申し込み 当日会場受け付けます。



問 高齢者支援課高齢福祉係
名 2階（内線3231）

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

道営住宅入居者の募集

◆書類配布期間 5月15日(火)～6月1日(金)

※土・日曜を除く。

◆募集受付期間 5月30日(水)～6月1日(金)

◆申込方法 収入のわかるもの(源泉徴収票など)、印鑑を持参し、O&R名寄建物コンソーシアムへお越しください。仮審査のうえ、入居適格者には申込書を配布します。必要書類を添えて提出してください。

※障がいがある方は障害者手帳などを持参ください。

◆入居時期 7月初旬に入居

◆入居者の決定 書類審査により決定します。

※申し込みが重複した場合は抽選を行います。

◆家賃 入居者の収入に応じた家賃となります。

◆入居抽選会と仮当選者の書類説明会

◆とき 6月7日(木) 14時

◆ところ 駅前交流プラザ「よろいな」(東1南7)

※コンピュータによる抽選となります。



◆募集住宅

団地名	住所	規格	家賃	建築	階数	備考
ノースタウン名寄プラタナス棟	611号 東1北6	2LDK 62.2㎡ 1戸	1万6,400～2万4,400円	H2	1階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	520号 東1北6	3LDK 72.6㎡ 1戸	1万9,700～2万9,300円	H4	2階	世帯向け
サンピラー名寄B棟	246号 西2南11	3LDK 74.6㎡ 1戸	2万3,900～3万5,600円	H9	4階	世帯向け

※記載された家賃は、収入によって高くなる場合があります。
※家賃のほかに共益費(共用部分の電気代、除雪費など)、ボイラー、ガス警報機のリース料などが別途かかります。

申・問

O&R名寄建物コンソーシアム(西4南9大野ビル1階)

☎01654③3711

HP <http://nairouto.com/douei-juutaku/>

☎01654②4148

自動車税を忘れずに納めましょう

◆納期限 5月31日(木)

※納入通知書は5月7日(月)付で発行されます。

※納入通知書が届かない場合は連絡ください。

◆納税場所 ①北海道内の金融機関または郵便局

②総合振興局や道税事務所

③コンビニエンスストア

※インターネットの「Yahoo!おー公金支払い」からクレジットカードでも納税できます。

◆納税に関するご相談 やむを得ない事情で納期限までに納税できないなどの相談は、近くの総合振興局または道税事務所まで問い合わせください。

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

◆納税に関するご相談

がん患者サロン

がんのことを気軽に語り合うサロンを開催します。今回は、検査結果の見方について解説します。

◆とき 5月31日(木) 13時

◆ところ 市立総合病院2階 和室

◆ところ 市立総合病院2階

第30回名寄駐屯地春のコンサート

◆とき 5月19日(土) 18時(開場17時)

◆ところ 市民文化センター EN・RAYホール (西13南4)

◆入場料 無料

※入場整理券は、EN・RAYホールチケットセンター、駅前交流プラザ「よろいな」、TSUTAYA名寄店、名寄駐屯地で配布中

◆市中パレード

自主防災組織の組織化・活動を支援します

いざというときのための防災活動を行う自主防災組織を立ち上げる、または自主防災活動を行う町内会は、補助金が利用できます。有効に活用してください。

◆補助金対象事業

◇防災資機材整備事業

※自主防災組織がその活動に必要な防災資機材を整備する事業

①組織準備用資機材

ヘルメット、スコップ、口ブ、土のう袋、携帯消火器など

②情報伝達・収集用資機材

ラジオ、メガホン、トランシーバー、ラジオ受信アンテナなど

◇地域防災活動事業

※自主防災組織が行う啓発、訓練、研修活動

③訓練活動

防災訓練の実施など

④啓発活動

パンフレットなどの印刷、資料購入など

⑤研修活動

防災知識の向上のための研修会の開催や参加

◆支援額

①②③ 経費の3分の2

④ 経費の3分の2 (一部全額)

⑤ 経費の全額

※上限6万5000円

◆申請について

申請は1組織につき、各事業ごとに年度内に1回とします。

申・問

防災担当

名 3階(内線3382)

町内会に入りましょう

「広報なよろ」は、お住まいの地域の町内会が町内会加入世帯を中心に市民の皆さまへ回覧板やポストなどにより配布をしています。一人でも多くの皆さまが広報を手にとれるよう、町内会に加入しましょう。



◆加入するには

お住まいの地域の町内会長、または町内会連合会事務局へご連絡ください。

申・問 町内会連合会事務局
(企画課企画調整係)

名 3階(内線3311)

無料相談窓口

①消費生活相談

とき 月～金曜日 9:15～16:00

②市民相談

とき 月～金曜日 9:15～16:00

③無料法律相談

とき 5月6日(日)11:00～

6月3日(日)11:00～

※事前予約が必要です。

④行政相談

とき 月～金曜日 9:15～16:00

⑤結婚相談

とき 第1金曜日17:30～19:00

その他の金曜日13:00～15:00

ところ 名寄市消費生活センター

(駅前交流プラザ「よるーな」)

①

01654②3575

②～⑤

01654③2111(内線3616)

◆年金事務相談

とき 5月8日(火)10:30～16:00

ところ 名寄商工会議所

(駅前交流プラザ「よるーな」)

※完全予約制(0166-72-5004)

◆人権相談

とき 月～金曜日 8:30～16:30

ところ 旭川地方方法務局名寄支局

01654②2349

◆生活相談支援センター

とき 月～金曜日 9:00～17:00

ところ 社会福祉協議会

(総合福祉センター内)

01654③9862

◆心配ごと相談

とき 月～金曜日10:00～17:00

ところ 西條名寄店1階こほっと

01654②3968

◆障がい者差別についての相談

とき 月～金曜日 8:45～17:30

ところ 名寄庁舎2階

社会福祉課障がい相談支援係

01654③2111(内線3218)

◆公証相談

とき 日～土曜日 9:00～17:00

ところ 名寄公証役場(西1南9)

※完全予約制(01654③3131)

◆教育相談ハートダイヤル

とき 月～金曜日 9:00～17:00

ところ 児童センター

01654③1000

0120-874-746(フリーダイヤル)

自衛官等の募集

種目	応募資格	受付期限	試験日
自衛官候補生 (男子・女子)	採用予定月の1日現在18歳以上27歳未満	5月14日(月) ※年間通じて受け付けています。毎月試験もあります。	5月20日(日)・21日(月) ※希望のいずれか1日
一般曹候補生 (男子・女子)		5月1日(火) ※今年9月にもう一度一般曹候補生の試験があります。	5月26日(土)

申・問

自衛隊旭川地方協力本部

名寄出張所(西1南9)

01654②3921

ご寄附

ありがとうございました(順不同・敬称略)

◆青少年の防犯のために

○北星信用金庫

(岡本 守理 理事長)

◆社会貢献のために

○第一建設株式会社

(寺島 香代 代表取締役)

○株式会社真鍋組

(真鍋 和一 代表取締役)

○北建工業株式会社

(山本 和則 代表取締役)

○名寄文具商組合

(菅井 静夫 会長)

◆教育のために

○名寄文芸商組合

(菅井 静夫 会長)

◆教育のために

○川原 夏子

田淵 夏子

◆病院施設充実のために

○有限会社庄司電気

(庄司 吉子 代表取締役)

◆観光振興のために

○名寄中央ライオンズクラブチャーターナイト

四十周年記念事業

(山田 典幸 大会長)

(宮腰 健一 大会実行委員長)

5月市民カレンダー

May

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
児童生徒の帰宅時刻 小学生 18時 中学生 19時 高校生 21時 児童生徒補導協議会 (小中高等学校)	6月の予定 ★6/3 名寄駐屯地創立65周年記念行事 ★6/9 親子お出かけバスツアー	1 ★博物館であ・そ・ぼ・う!! (6日まで)	2 ★きたすばるピリカWeek! (6日まで)	3 憲法記念日 ★稚内・名寄地区中学校春季バスケットボール大会 (4日まで)	4 みどりの日	5 こどもの日 ★作、A C北海道ランニングセミナー 16:00 ★高校バスケットボールGWフェスティバル (6日まで)
6 10:00 START!! 第66回 なよろ 憲法記念 ハーフマラソン 天塩川河川敷 特設コース	7	8	9	10 ★春のおはなし会 (子育て支援センターこぐま) ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	11 ★キタノコエライブ 17:30	12 ★母の日プレゼント作り 13:30~15:00 ★シニアコース「和の会」コンサート 14:00 ★企画展「カラスのふしぎ スズメのひみつ」 (6月3日まで)
13 ★春眠プラ寝たリウム ①15:00、②17:00	14 ★運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00	15	16	17 ★運転免許更新時講習会 初回14:00 一般17:30	18	19 ★一輪車教室 10:00~11:30 ★本の読み聞かせと工作 13:30 ★第30回名寄駐屯地音楽隊定期演奏会 18:00 ★プラネタリウムライブ 19:30
20 ★会長杯高校選手権卓球大会	21 ★運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00	22	23 ★ノルディックウォーク講習会 9:00~10:30 ★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口] 2階 [国保窓口] 1階 (25日まで)	24 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	25 ★認知症カフェ 13:30~15:30 (雪あかり館)	26 ★一輪車教室 10:00~11:30 ★「未来の森」市民植樹会 10:00~12:00 (智恵文北山) ★本の読み聞かせ 13:30
27 ★新緑の森観察会 9:00~12:00 10:00~16:00 なよろ アスパラまつり at 駅前交流プラザ「よるーな」	28	29	30 チャレンジデー 15分運動して報告しよう!	31 広報6月号 配布予定日	風連陶芸センター陶芸教室 ◆とき 5/10(木)、24(木) [要予約] ① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ※各15人まで ◆費用 粘土代 1kg200円 ◆持ち物 エプロンなど ◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743	

文…市民文化センター ㊄…スポーツセンター 北…北国博物館 児…児童センター 天…天文台 ㊄…駅前交流プラザ「よるーな」
 福…総合福祉センター ㊄…ピヤシリシャンツェ ㊄…ピヤシリスキー場 健…なよろ健康の森 ㊄…ふうれん地域交流センター

Airてっして

市からのお知らせを放送中

市からのお知らせやイベント情報などを紹介しています。

◆放送

毎週月~金曜日 ① 8:10
② 12:30
③ 17:10

※災害時には防災・緊急情報をお知らせします。

名寄市の人口

平成30年3月末日現在

◆人口

全体 27,557人 (-310)
 男 13,436人 (-170)
 女 14,121人 (-140)
 外国人住民登録者 70人 (1)

◆世帯数

全体 14,133世帯 (-127)
 ※ () は前月末比

広報 なよろ

平成30年5月1日発行 第146号

◆発行/名寄市 ◆編集/総務部企画課広報推進係
◆印刷/吉川印刷株式会社

名寄市役所

開庁時間 [平日] 8:45~17:30 ☎01654③2111 (交換)
 H P http://www.city.nayoro.lg.jp
 ☒ nayoro@city.nayoro.lg.jp

◆名寄庁舎/〒096-8686 北海道名寄市大通南1丁目1番地 FAX 01654②5644

◆風連庁舎/〒098-0507 北海道名寄市風連町西町196番地 1 FAX 01655③2510