

# 広報 なよろ

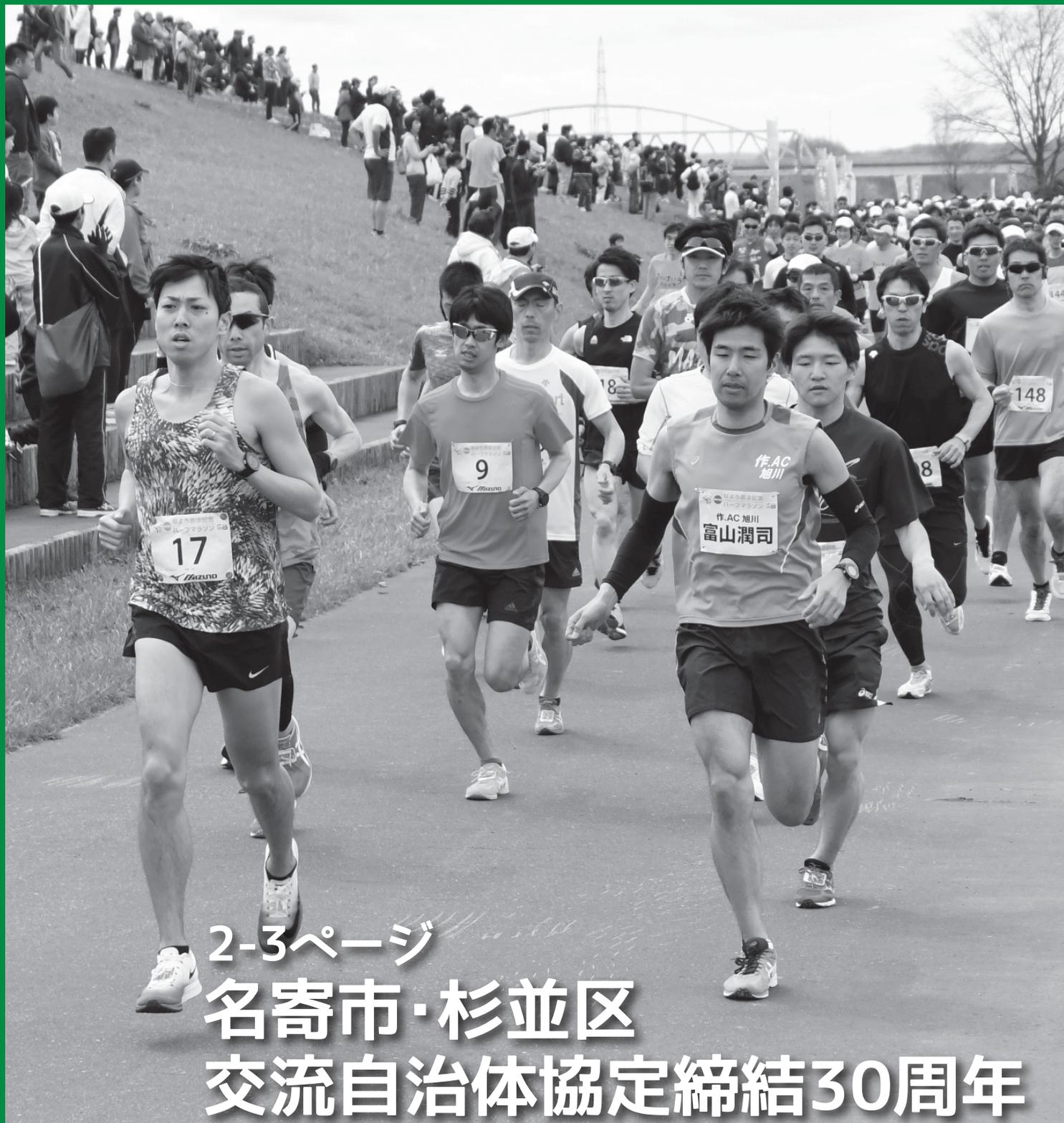
2019  
May  
No.158

5

きらめくまちビト 4ページ

チャレンジデー 8ページ

ひまわりのまちプロジェクト 18ページ



2-3ページ

名寄市・杉並区

交流自治体協定締結30周年



# 締結30周年

**名** 寄市と東京都杉並区は今年、交流自治体協定を締結してから30周年を迎えます。(※)

杉並区との交流は、「ふうれん白樺まつり」や「東京高円寺阿波おどり大会」などの文化交流、特産品の斡旋・販売やイベントへの出展などによる経済交流のほか、小学生の交流事業、災害時の支援も含めて幅広い交流が行われています。

今年度、両市区において、協定締結30周年を記念した事業などを実施します。

首都圏周辺の知人友人へのPRとともに、多くの市民の皆さまのご参加をお待ちしています！

※平成元年7月13日、旧風連町と杉並区が交流自治体協定締結。平成18年6月6日、新名寄市と杉並区が改めて交流協定締結。

## 東京都杉並区の紹介

杉並区は東京23区の西端に位置し、おおむね方形で面積は34.06平方キロメートルと23区中8番目の広さを持っています。

東京の発展とともに、比較的自然に恵まれた住宅都市としての性格をもちながら成長してきました。

世界有数のアニメスタジオ集積地としても有名で、「なみすけ」は、アニメのまち・杉並の公式アニメキャラクターとして、区内外多くのかたに親しまれています。

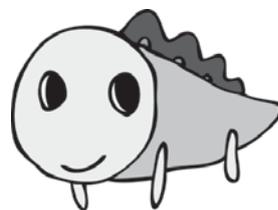
今なお武蔵野の面影を色濃く残している「中央線文化が生まれるサブカルのまち」です。

▶面積 34.06平方キロメートル

▶人口 57万1,512人(平成31年4月1日)

▶位置 東京23区の西端

▶区の木 アケボノスギ・スギ・サザンカ



杉並区公式アニメキャラクター「なみすけ」

# 広報 なよろ

令和元年  
5月号  
(No.158)

表紙	1
もくじ	2
名寄市・杉並区交流自治体協定 締結30周年	2 - 3
きらめくまちピト	4
市役所組織機構が一部変更します	5
民生委員・児童委員・主任児童委員 を紹介します	6 - 7
チャレンジデー	8
市民が主体のまちづくり ～名寄市自治基本条例～	9
フォトでお知らせ - 広報版 -	10 - 11
市立総合病院からのお知らせ	12 - 13
年に1回 特定健診を受けましょう	14 - 15
町内会に加入しましょう	16
安全な登山・山菜取りを 心がけましょう	17
ひまわりのまちプロジェクト	18
名寄市立大学の窓から ～知への誘い～	19
EN-RAYホールイベント情報	20
健康ガイド	21
名寄市職員を募集します 不安がある方はご相談ください	22
生きがい講座利用者募集 体育施設オープン情報	23
健やかな成長を願って 今月の手話	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
もっともち米プロジェクト なよろっぴい家づくりの会	26
施設のお知らせ	27 - 29
暮らしのお知らせ	30 - 35
裏表紙	36



# 名寄市・杉並区 交流自治体協定締

## ①講演会（仮称）

- ◆とき 7月中旬 18時30分から（予定）
- ◆ところ ふうれん地域交流センター（予定）
- ◆参加費 無料

## ③第63回東京高円寺阿波おどり大会

- ◆とき 8月24日（土）～26日（月）  
2泊3日（予定）
- ◆ところ 東京都杉並区
- ◆参加費 35,000円（予定）
- ◆定員 30人

### ■①、③、④に関する問い合わせ

交流推進課（風連庁舎1階）☎01655③2511  
（内線2361）

### ■②に関する問い合わせ

風連生涯学習担当（風連公民館）☎01655③2620



## ②杉並区・名寄市子ども交流会 （都会っ子体験交流事業）

- ◆とき 7月28日（日）～31日（水）【名寄会場】  
8月5日（月）～8日（木）【杉並会場】
- ◆参加費 26,000円（予定）
- ◆対象 市内在住の小学4年～6年生
- ◆定員 25人（応募者多数の場合は抽選）

※募集要綱等は5月下旬頃、学校を通じて児童に配布します。



## ④杉並区訪問ツアー（仮称）

- ◆とき 10月25日（金）～27日（日）2泊3日
- ◆ところ 東京都杉並区
- ◆参加費 50,000円（予定）
- ◆定員 30人（予定）

※①、③、④については詳細決定後、広報なよろで日時・会場などをお知らせします。

## なよろとなみすけがコラボ！

交流自治体協定30周年を記念して、杉並区公式アニメキャラクター「なみすけ」と名寄市観光キャラクター「なよろ」のコラボデザインが完成しました。イベントのチラシ・ポスターや商品のパッケージや販売会等、営利非営利問わずご利用いただけます。デザイン使用を希望する場合、下の問い合わせ先にご相談ください。

※使用目的により、申請書の提出等の手続きが必要になります。

### ■問い合わせ

産業振興課 ☎01654③2111（内線3344）





# きらめく まちビト

×

佐々木ちづる 東條幸恵



児童の登下校。全員が安全に通学できるように交通指導して、日々安心を提供し続けている『緑のおばさん』。その活動を行っている4人の方にインタビューしました。



佐藤早苗 今田佳子

## 私たちの『特権』。それは子どもたちの成長を一番間近に見られること。

**この仕事をやるうと思っただきっかけは**  
佐藤・自分の子どもが登校するとき、よく付き添って学校までついて行って、他の子どもたちとも一緒に会話しながら歩いていました。子どもたちのかわいらしさに、これからもずっと見ていけたらと思うようになりました。

佐々木・私はただ子どもが大好きなので。その一言につきます。

東條・当時、ちょうど私の地区の指導員を募集していました。自分の子どもが通学しているときでもあったので、これは何かの縁だと感じて応募したのがきっかけです。

今田・道を歩いていて、小学校高学年のグループにすれ違うと「こんにちわ」と声をかけてくれました。それが所々で聞かれて、今時代知らない人とは話さないというような考え方があるなかで、そういう児童もいるということがうれしくなり、何か関わればと思うようになりました。

**やりがいはまたは力を入れていくことは**  
佐藤・子どもたちの笑顔や成長を見られることがやりがい

です。私たちがいるから安心できる、そう思われる行動をすることを心がけています。

佐々木・立場上、交通安全の指導が前提なのですが、朝会ったら「おはよう」、帰り道会ったら「さようなら」とちゃんとあいさつできる子になってほしいと思っていますので、それは意識して教えています。

東條・同じ一人の子を小学在籍の6年間、ずっと見続けられ成長していくのですがわかることがうれしいことです。

子どもたちと話すときもポジティブな気分になれるような話をするようにしています。

今田・この入学時期で言うると特に不安も多く、一日でもはやく事故に遭うことがないよう学んでほしいと思っています。毎日一緒になって登下校することで、子どもたちがちゃんと交通ルールを理解し、心の面でも成長していることを感じられることが魅力的に思えます。

**これからやってみたいことは**  
すでにやっていることです。が、各幼稚園で交通安全教室の「こぐまクラブ」というものを行っています。内容は紙芝居や人形劇、腹話術などで交

### Profile



《左から》  
東條幸恵(とうじょうさちえ)さん 勤務24年目。趣味は読書、お菓子作り。  
佐々木ちづる(ささきちづる)さん 勤務19年目。趣味はショッピング全般、裁縫も得意。  
佐藤早苗(さとうさなえ)さん 勤務6年目。趣味は裁縫、自分や子どもにかばんなど作る。  
今田佳子(いまだよしこ)さん 勤務9年目。趣味は地元の方々や野生動物・自然などを撮りためて、時代の移り変わりを見ること

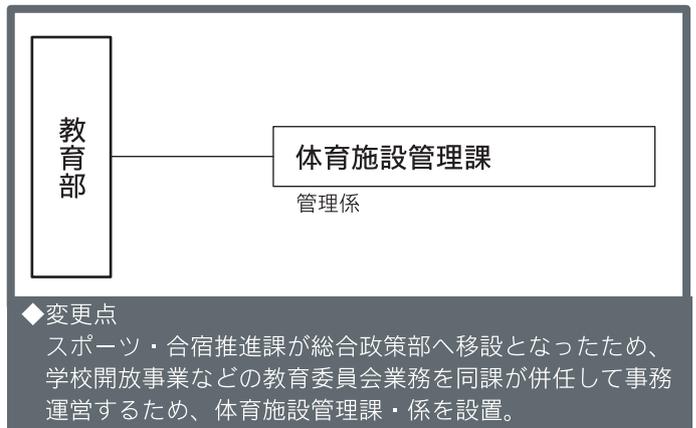
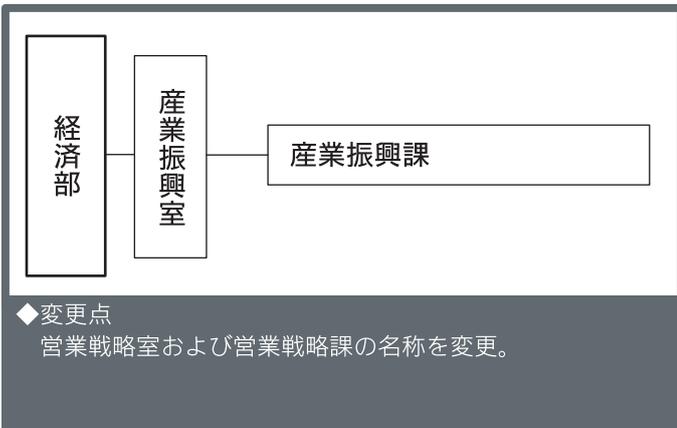
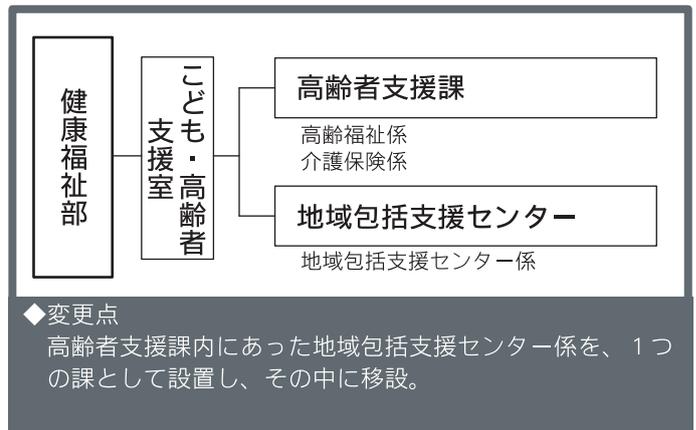
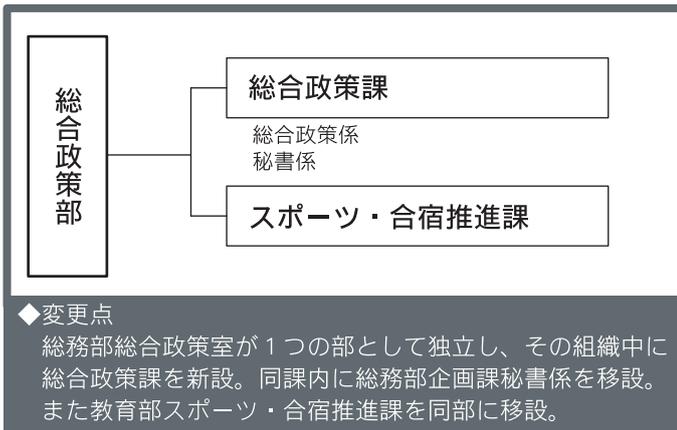
通安全のルールなどを楽しく教えるものです。この活動をこれからも継続して充実できればと思っています。

**市民の皆さん(子どもたち)に一言**  
ちゃんと自分の目で周りを確認してから道路を横断しましょう。これから雪が解けて自転車に乗るようになると思いますが、交通ルールはもちろんなので、運転でのケガにも気をつけていきましょう。

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。

# 名寄市役所の組織機構が一部変更します

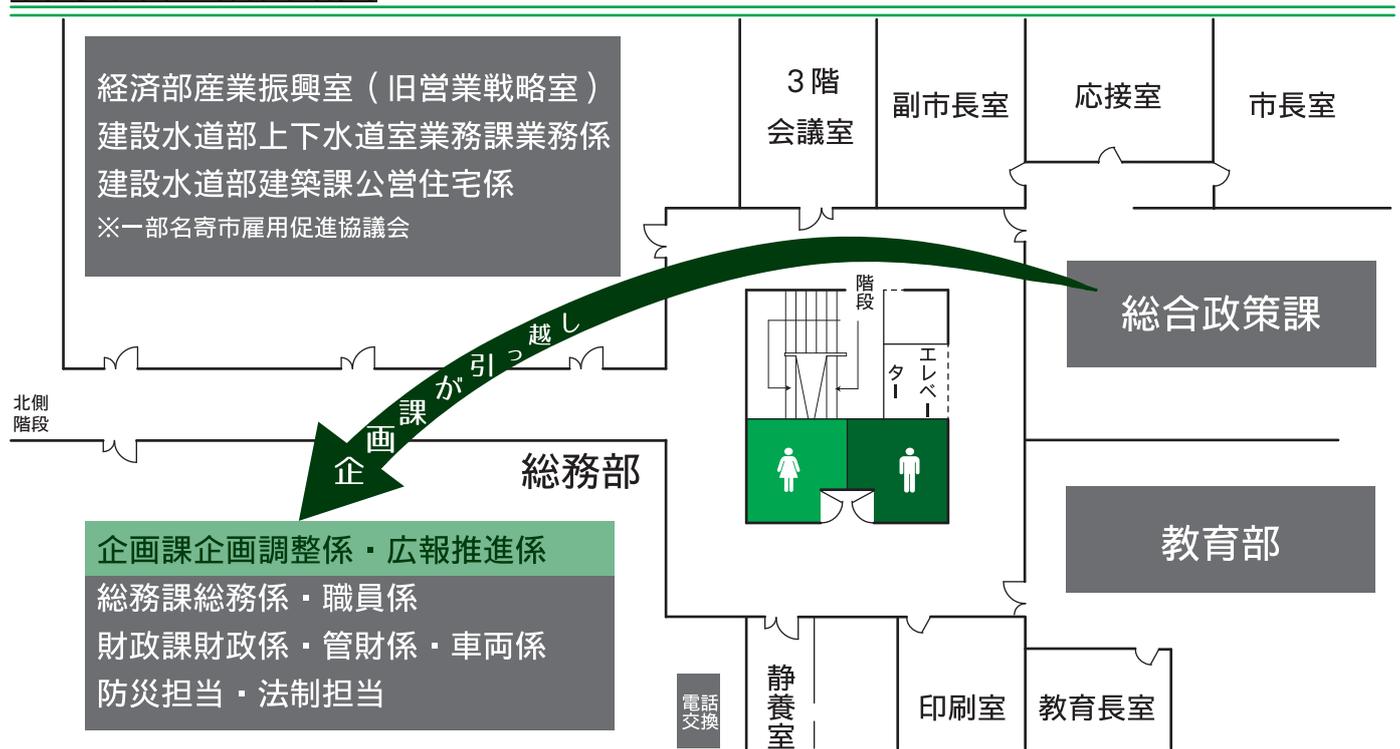
※変更になる部署のみ掲載



# 5月から執務室の配置を一部変更します

市役所名寄庁舎3階の執務室の配置が変わります。変更後の配置は下図のとおりです。  
※変更は名寄庁舎3階のみです。

## 名寄庁舎3階概略図



# 民生委員・児童委員 主任児童委員

## を紹介します

民生委員・児童委員  
地区名寄

- ◆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3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  
穴戸 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
- ◆北新区(西2条以西)  
高橋 勝(大通北6)  
01654③9270
- ◆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11南6)  
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
- ◆麻生区(西6条以东)  
杉永 松代(西5南10)  
01654③5462
- ◆麻生区(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・南ヶ丘区  
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
- ◆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)  
草刈 朝(徳田232)  
01654③1050
- ◆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

- ◆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  
松井 栄子(西2南11)  
01654②1246
- ◆民生委員・児童委員 智恵文地区  
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(旧東町・旧緑町)  
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  
◆東地区  
吉川 一茶(東7南1)  
01654③8890
- ◆東地区  
得能 あけみ(東4北7)  
01654③0020
- ◆西地区  
柳谷 千恵子(西7南5)  
01654③7563
- ◆西地区  
宗万 広美(瑞穂354)  
01654②5519
- ◆南地区  
大沼 広明(東4南9)  
01654③3407
- ◆南地区  
笹原 博幸(徳田4)  
01654③1053
- ◆北地区  
川口 昭子(西13南1)  
01654②5244
- ◆北地区  
武田 智恵子(西5北4)  
01654③6962
- ◆風連地区  
田中 多喜子(風連町緑町30)  
01655③3890
- ◆風連地区  
西村 陽子(風連町北栄町15)  
01655③3257

# チャレンジデー



CHALLENGE DAY

2019

スポーツで元気なまちづくり！

## チャレンジデーとは

毎年5月の最終水曜日に世界中で行われるスポーツイベントです。15分以上継続して運動（ジョギング・ウォーキングなど）やスポーツをした市民の参加率（%）を人口規模のほぼ同じ自治体と競い合います。

5/29 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
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%
2018年	○勝	大分県杵築市	65.9%

通算成績 12勝13敗

昨年は1.4%差で勝利！（杵築市参加率64.5%）

神崎市は佐賀県の東部に位置し、総面積は125.13平方キロメートルで、県面積の約5.1%を占めています。

神崎市は吉野ヶ里遺跡という大規模な弥生時代の環壕集落跡、室町時代の豪族の城館跡、南北朝時代に築城された姉川城跡などの史跡が残っており、多くの歴史的、文化的遺産があります。

【人口】31,773人 【通算成績】5勝4敗 【昨年参加率】60.1%

今年の対戦は…



## 名寄市 vs 神崎市

参加目標 17,930人 (65%)

チャレンジデーに参加して

# 神崎市に勝利しよう！



くねんワン

神崎市のマスコットキャラクター「くねんワン・くねんニャン」



くねんニャン



## CHALLENGEDAY イベント CHALLENGEDAY

### 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・中名寄小・智恵文中・瑞生コミュニティセンター・風連中央小・旧東風連小学校・風連中・風連日進コミュニティセンター・保健センター・一部の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  
18:00 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15日（水）※先着順
- 申し込み・問い合わせ

高齢者支援課高齢福祉係 ☎01654③2111  
(内線3231・3280)

## 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）
- 健康づくり体操教室  
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

☎01654③2111



15分運動したら報告しよう！

※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。

# 市民が主体のまちづくり

連載  
No.2

## ～名寄市自治基本条例～

今月号では、「名寄市自治基本条例」が定める「議会の役割及び責務」、「議員の役割及び責務」について紹介します。

### 第13条

#### 議会の役割・責務

本条では、直接選挙により選ばれた議員で構成され、地方自治を担う二元代表制の一翼を担う、「議会」の役割や責務について定めています。なお、議会運営の基本的事項等については、「名寄市議会基本条例」で別に定めています。

**公開・広聴**  
審議や活動に関する情報を積極的に市民に公開するとともに、広く市民の声を聴く機会を設けなければなりません。

**住民自治**  
市民の意思を的確に把握し、政策の形成に反映させなければなりません。

**政策立案**  
立法機能の強化に努め、積極的に政策立案に努めなければなりません。

**機能の充実強化**  
市長等の行政活動を監視する機関としての役割を果たすとともに、機能の充実強化に努めなければなりません。

**責任**  
市の意思を決定する機関として、総合的視点と展望を持って責任を果たさなければなりません。

### 第14条

#### 議員の役割・責務

本条では、直接選挙によって選ばれ、市民の代表としてその信託に応える「議員」の役割や責務について定めています。



**政策形成能力の向上**  
自らの政策形成能力を高めるため、まちづくりに関する情報収集と調査研究に努めなければなりません。

**市民意思の反映**  
まちづくりに市民の意思を反映させなければなりません。

**公正・誠実**  
市民の信託に応え、公正かつ誠実に職務を遂行しなければなりません。

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。

災害現場で指揮をとる拠点となるべく導入されました

「引き続き多くの皆さんに参加していただきたい」

4学科計197人の新入生を迎えました



### 3/25 消防署に指令車を導入



車両が34年ぶりに更新され、さらに機能を拡充した『指令車』が消防署で披露されました。披露に当たり署員は「地域住民の安全・安心をさらに高めていきたい」と語っていました。



第三者が注視することの重要性を説く

4月2日は国際連合が定めた「世界自閉症啓発デー」

交通事故を防止するための活動です

### 3/26 高齢者虐待防止ネットワーク会議



市役所名寄庁舎4階大会議室で行われ、行政や病院、社会福祉協議会や介護施設関係者などの団体が参加。会議では具体的な事例をもとに対処方法などが話され、今後の対策を検討しました。

### 4/2 世界自閉症啓発デー



自閉症について啓発することを目的に「ライト・アップ・ブルー」という取り組みが世界各国で行われ、本市ではJR名寄駅前「広告塔」が18時～19時の間ブルーにライトアップされました。

### 3/27 なよろ健康マイレージ達成者の抽選会



本事業の達成者抽選会が市役所名寄庁舎で行われました。平成30年度は548人がエントリーし211人が達成。そして抽選により20人の当選者が決定しました。当選者には個別に通知されます。

### 4/5 ぼくも・わたしもフォトで交通安全



市や名寄警察署、各種関係団体が主体となり、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」を実施。交通事故防止を啓発する機会となりました。

### 4/3 名寄市立大学入学式



同校体育館で行われ、新入生は名寄での新しい生活をスタート。入学式後には、先輩からサークルやアルバイトなどの勧誘を受け、大学生としての第一歩を踏み出しました。

### 4/6 認定こども園 風連幼稚園入園式



今年度から認定こども園風連幼稚園に移行し、その入園式が同園で行われ、81人の園児が入園。式では担任の先生にひとりずつ名前を読み上げられ、呼ばれた園児は元気に返事をしました。

今年度から風連幼稚園と風連さくら保育園が統合しました

### 4/5 風連中央小学校入学式



同校体育館で行われ16人の一年生が入学。児童会長の松田柊くんは「分からないことがあれば全力で手伝います。楽しい学校生活を送りましょう」と述べ、新一年生をあたたかく迎え入れました。

新校舎となって初めての入学式

### 4/13 市立大学地域公演 「ヘンゼルとグレーテル」



市民文化センターEN-RAYホールで市立大学社会保育学科の有志が童話「ヘンゼルとグレーテル」を演じました。劇中は劇団さながらの本気の芝居に観客は息をのんで見入っていました。

約3500人の市民が来場しました

### 4/12 関下前行政相談委員に 総務大臣感謝状



前行政相談委員の関下富士夫さんへの総務大臣感謝状伝達式が、市役所名寄庁舎で行われました。関下さんは引き続き行政相談協力委員として今後も活躍されます。

相談を行政に届け、解決できた時はやりがい満ちたと語る

### 4/16 名寄ピヤシリ大学・大学院 入学式



市民文化センター多目的ホールで行われ、大学生7人、大学院生5人が入学。新入生を代表して米山彰一さんが「健康に留意して明るく仲良く精一杯がんばります」と抱負を述べました。

明るく仲良く精いっぱい学びます

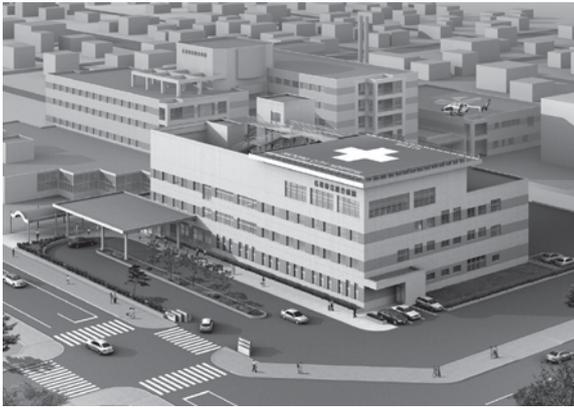
### 4/13 名寄高校陸上部が 交通安全啓発活動



名寄高校陸上部の部員21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。生徒たちは笑顔で歩道に立ち交通安全の旗などを持って、運転手に安全運転への意識向上を図りました。

今日も明日もいつも無事故を願って

# 新たに着任した医師を紹介します



名寄市立総合病院は、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。令和元年度は、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16人の医師を紹介します。



循環器内科  
豊嶋 更紗 医員



呼吸器内科  
志垣 涼太 医員



消化器内科  
由井 美佳 医員



小児科  
山村 日向子 医員



小児科  
伊藤 啓太 医員



外科  
郷 雅 医員



心臓血管外科  
大平 成真 医員



整形外科  
宮澤 良祐 医員



泌尿器科  
紺野 幹郎 医員



心療内科・精神科  
佐藤 謙伍 医員



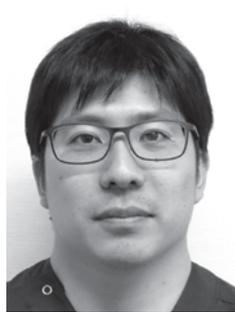
心療内科・精神科  
杉村 綾子 医員



救急科  
砂田 大貴 医員



研修医  
三好 優史 先生



研修医  
森下 大樹 先生



研修医  
見田 貴弘 先生



研修医  
種田 達朗 先生

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31年4月現在)

○=診療可能 ×=診療不可

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		○	○	○	○	○	・初診の予約は行っていません。 ・予約変更は直接循環器内科に連絡してください。 ※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	・初診の予約は行っていません。 ・予約変更は直接呼吸器内科に連絡してください。 ※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。 ※出張医の都合で変更する場合があります。 ※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		○	○	○	○	○	・初診は予約センターで予約できます。 ※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。					
糖尿病・代謝内科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。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。 ※午後の診療は行っていません。
	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できます。 ・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できます。 ・下肢静脈瘤外来は予約が必要です。 ・■=下肢静脈瘤外来
	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できます。 ・水曜日は11時までの受け付けとなります。
	午後		×	×	×	×	×	
産婦人科	午前		○	○	○	○	○	・第2火曜の午後と第3金曜の午後の一部は専門外来の診療となります。 ・母乳についてのご相談は外来に電話をしてください。 ※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		○	○	○	○	○	・初診、再診とも予約センターで予約できます。 ・午後は14時から診療します。
	午後		○	○	×	○	○	
泌尿器科	午前		○	○	○	×	○	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・木曜の午前は予約検査のみです。
	午後		×	×	×	×	×	
皮膚科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。 ・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		○	○	○	○	○	・初診は外来で予約してください。 ・午後の予約外受診は外来へ相談してください。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	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。 ・毎週金曜、午前からのみの診療です。
	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。
		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)
- 産婦人科母親学級は、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。
- ★緊急の患者対応のため、予約の時間にお呼びできない場合があります。
- ★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)

初診の方は、  
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、午後でも電話がつながりにくい場合があります。

名寄市立総合病院

〒096-8511 名寄市西7条南8丁目 ☎01654③3101 FAX 01654②0567  
 予約センター直通(平日13:30～17:00) ☎01654③0489

# 年に一度特定健診を受けましょう

## 平成29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29年度の名寄市国保特定健診受診率は36・8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。

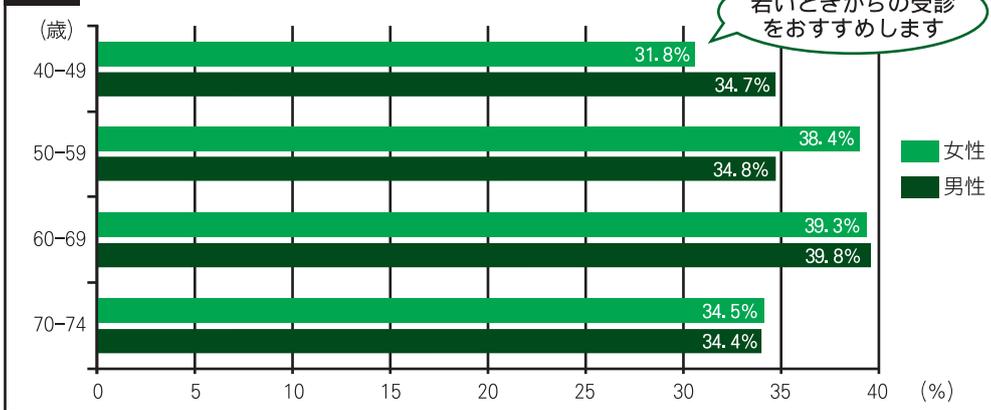
症状はなくても健診を受け続け、自分の生活・食生活を振り返りながら健康状態を確認することが大切です。



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、健診結果を生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29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。



## 令和元年度 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 <b>対象者</b> 30歳以上	保健センター 7月19日(金) 7月20日(土) 7月21日(日) 7月22日(月) 7月23日(火) 7月24日(水) 10月30日(水) 10月31日(木) 令和2年1月16日(木) 1月17日(金) ふうれん健康センター 6月23日(日) 6月24日(月) 6月25日(火) 11月2日(土) 令和2年1月18日(土) 1月19日(日) 風連日進コミュニティセンター 6月22日(土) 智恵文多目的研修センター 11月1日(金) 総合福祉センター 7月25日(木) ※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 <b>対象者</b> 30歳以上	旭川がん検診センター 6月25日(火) 6月26日(水) 6月27日(木) 10月23日(水) 10月24日(木) ※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 <b>対象者</b> 30歳以上	旭川がん検診センター 令和2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 <b>対象者</b> 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～令和2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)

# 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の情報提供を行っています。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

広報の配布のほか、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)

# 安全な登山・山菜取りを心がけましょう

## 登山・山菜取り・ハイキングなどを安全に楽しむために

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時までには下山しましょう

## 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るので、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

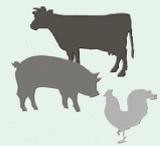
◇農地や果樹園では

- ・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



### ◆周辺環境の管理 家や農地などの周囲の草刈りをし、見通しをよくする。

### ◆山でヒグマに遭わないために

市内の山林では、毎年ヒグマの目撃があります。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会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。



### 野山でヒグマに遭わないための基本的なルール

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

単独行動を避け、複数で行動する



鈴など音の出るものを鳴らす



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（日）～5月31日（金）は林野火災予防強調期間です。林野火災の出火原因は、「ごみ焼き」「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。



### 原則禁止の野焼きをやむを得ず行う場合の注意点

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… 産業振興課（名寄庁舎3階）☎01654③2111（内線3344）

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2317）

# 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10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

スマイルラッシュ(40センチくらいに成長)

ひまわりの種は、まいてから約60日後に花が咲く予定です。  
(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「よーなー」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、ひまわりらんど

### ◆配布期間

5月1日(水)～31日(金)

### ◆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。(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産業振興課(名寄庁舎3階)

☎01654③2111(内線3344) ✉ny-sangyo@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「よーなー」1階)

☎01654⑨6711 ✉otoiawase@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 令和2年3月31日(火)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

産業振興課(名寄庁舎3階)

☎01654③2111(内線3349)



# 名寄市立大学の窓から

## 知への誘い

vol.77

### 「メンタルヘルスの時代を生きる」

保健福祉学部 社会福祉学科

講師 松浦 智和



メンタルヘルスとは、心の健康という言葉だけを単に力タカナにしただけではなく、人々の健康のうち主に精神面の健康を対象として、精神疾患を予防・治療し、または精神的健康を保持・向上させるための諸活動を指しています。メンタルヘルスを実現するためには、個人の力だけでなく社会全体の組織的な努力が必要といわれています。



わが国では心の健康に関する課題が多く、厚生労働省は2013年度から、それまでの4大疾病(がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病)に「精神疾患」を加えた5大疾病として、急激な患者数の増加と多くの国民に広く関わる疾患として重点的な対策を講じることとしまし

た。精神疾患を有する方は約419万人いると推計されています。(2017年厚生労働省患者調査) そのなかで入院をしている方は約30万人、外来通院をしている方は約389万人であり、2017年の調査で初めて400万人を超える水準になりました。入院患者は年々減少傾向にあります。外来患者は15年前と比べて1.7倍に増加しました。この背景には認知症の患者が増えていることが大きな要因ですが、それ以外にも気分障害(うつ病など)や神経症性障害などの患者が増えています。さらには、わが国が抱える心の健康に関する課題として、自殺やアルコール健康障害、薬物・ギャンブル依存症、ひきこもり、家庭内暴力(DV)、不登校などあげればきりがありません。なお、これまで比較的

割合の高かった統合失調症(幻覚や妄想などの陽性症状と意欲の低下や感情の鈍麻などの陰性症状が見られる疾患)の患者数はほぼ一定となっています。

メンタルヘルスの時代といわれる現代、個人や地域は何を目指していけばよいのでしょうか。例えば、自殺者が少ない地域を調査した結果、

- ① 学歴や肩書きにこだわらない風潮
- ② 多様性を受け入れる価値観
- ③ 弱音を吐ける文化
- ④ ゆるやかな人と人のつながり

などが要因となっていることがわかっていきます。私は特に③と④が大切であると思っており「辛い」「苦しい」と言わないことが美德であるというには限界が来てい

るのではないのでしょうか。私は弱音を吐けるからこそ「強さ」であるという文化をつくらなければならないと考えています。



そして、弱音を吐ける相手をどのように見つけていくかということですが、これは④をしつかりと考えていく必要があります。人間関係が固定化され、それを維持しようと努力する日々では疲弊することは目に見えています。学校、職場、地域、町内会などさまざまなコミュニティが存在しますが、そのより多くとゆるくつながり、ゆるさをお互いに許容する文化を形成していく必要があります。名寄市の皆さんおひとりおひとりが自分のために、そして身近な人のためにこれらのことに取り組めば、メンタルヘルスの時代と言われる現代を穏やかに生きていくことができると思っています。

### 大学図書館へようこそ！

平成から令和へと移り変わり、いつもより長いゴールデンウィークとなります。この期間は大学図書館も休館ですが、連休明けには授業も本格化し、図書館でも利用案内や資料の探し方のガイダンスが続くため、多くの学生でにぎわうようになります。また今月は『さようなら平成』の展示を行っています。

★大学図書館は市民の皆さまもご利用いただけます。

【開館日】月曜日～土曜日(日曜日と国民の休日は休館)

【開館時間】9:00～21:00

#### ◆問い合わせ

名寄市立大学図書館 ☎01654⑧7671(直通)



### 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～

メンタルヘルスに関する図書を紹介します。

『「べてるの家」から吹く風』増補改訂版  
向谷地 生良/著 いのちのことば社  
→「今日も順調に問題だらけ」な浦河べてるの家のさまざまなエピソードが語られています。

『マンガでやさしくわかるメンタルヘルス』  
武藤 清栄/編 日本能率協会マネジメントセンター  
→心のセルフケアのために必要な自己理解についてマンガをとおして解説しています。

『それでいい。自分を認めてラクになる対人関係入門』  
細川 貂々・水島 広子/著 創元社  
→ネガティブ思考の漫画家と対人関係療法を専門とする精神科医によるカウンセリング風景。





# 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 / 9  
THU

## 北の星座音楽祭

### 大谷康子 イタマール・ゴランデュオリサイタル 魅惑のフランス音楽

ピエトロ・グアルネリでの深く温かい演奏が「歌うヴァイオリン」と評される大谷康子と、アンサンブル・ピアニストとして著名なソリストたちから厚い信頼を得ているイタマール・ゴランの共演です。深みのあるフランス音楽をぜひご堪能ください。

演奏曲：ドビュッシー 亜麻色の髪の乙女  
          フランク ヴァイオリン・ソナタ  
          マスネ タイスの瞑想曲



©Masashige Ogata

- と き 開場18:30／開演19:00
- 入場料 【指定席】 2,500円  
          【自由席】 一般 2,000円  
                          高校生以下 1,000円

※当日券は500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!

5 / 25  
SAT

## Kita no Koe LIVE 2019

～情熱を呼び覚ます 大人音楽～

札幌を中心に活躍するアーティスト“Watana Besta SOCIAL club”と名寄出身のアーティスト加藤MAAをゲストに迎え、地元アーティストたちが熱いステージをお届けします。

- と き 開場17:30／開演18:00
- 入場料 一般 1,000円  
          大学生以下 500円

※全席自由。当日券は200円増。  
※未就学児はひざ上無料ですが、座席が必要な場合はチケットをお買い求めください。なお、他のお客さまの迷惑とならないようご配慮願います。

※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！



▲加藤MAA



▲Watana Besta SOCIAL club

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 / 5 sun. 9 : 30 第41回幼少年・第20回寿年者・第27回熟年者民謡決勝大会地区予選  
                          平成31年度一般の部地区予選大会(北海道民謡、全国民謡、江差追分)※同日開催 (無料)
- 5 / 18sat. 18:00 陸上自衛隊名寄駐屯地 第31回春のコンサート (無料)

チケットに関する問い合わせ

EN-RAYホールチケットセンター

☎01654③3333

# 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 令和元年6月1日から令和2年2月29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。

## 風しんの抗体検査 および予防接種が 無料で受けられます



対象 男性  
昭和37年4月2日～  
昭和54年4月1日生まれ

風しんの感染拡大防止のために、風しんの公的な予防接種を受ける機会がなかった、上記の生年月日に該当する男性の方へ、風しんの抗体検査および予防接種(定期接種)を無料で実施します。無料の期間は、令和4年3月31日までとなっているため、対象の方はこの機会にまずは抗体検査を受けましょう。令和元年度は、受診に必要なクーポン券を昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方に送付します。詳細につきましては、クーポン券に同封する案内をご覧ください。それ以外の生年月日(昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれ)の男性で、受診を希望される方は保健センターまで問い合わせください。

# 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1日～6日 市立総合病院

☎01654③3101

12日 名寄中央整形外科

☎01654③2006

なよろ眼科

☎01654③0746

19日 たに内科クリニック

☎01654③1223

26日 あべクリニック

☎01654⑨7011

6月2日 名寄三愛病院

☎01654③3911



…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

- 9日(木) 4カ月児健診
- 10日(金) 親子ふれあいひろば
- 14日(火) ちびっこひろば①
- 16日(木) 7カ月児健診・BCG
- 18日(土) マタニティ教室  
(パパママ編)
- 20日(月) 股関節脱臼検診
- 21日(火) ちびっこひろば②
- 23日(木) 赤ちゃん計測日
- 24日(金) 親子ふれあいひろば
- 28日(火) 1歳6カ月児健診
- 29日(水) ちびっこひろば③
- 30日(木) 3歳児健診

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

# 令和2年度名寄市職員を募集します

## 市役所職員

### 職種と募集人数

■保育士 …………… 1人程度

### 試験日・1次試験会場

■とき 5月19日(日) 午前9時

■ところ 名寄市立大学(西4北8)

※全国各地のSPI3テストセンター  
ーで受験することもできます。

### 受験資格

平成2年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく4年制大学を卒業し保育士および幼稚園教諭1種以上の資格を有する方、または令和2年3月卒業見込みの方(大学院含む)で保育士および幼稚園教諭1種以上の資格を取得見込みの方

### 1次試験内容

SPI3検査

※令和2年度採用試験から、従来の教養試験に代わり、リクルート社のSPI3検査を実施します。

### 2次試験内容

論文試験、面接

※試験日については、一次試験合格

者に通知します。

### 応募方法

インターネット求人サイト「リクナビ2020」から「名寄市役所」を検索し、エントリー手続きを行ってください。

URL <https://job.t.kunabi.com/2020>

※令和2年度採用試験から、応募はすべてインターネットからの申し込みとなります。

### 応募受付期間

受付中〜5月10日(金)

### 受験時の持ち物

- ①顔写真付き本人確認書類
- ②受験票

※試験会場を「名寄市立大学」として  
いる方は、受付後郵送します。そのほかの方は、受験申込時で性格検査受験後に印刷可能となる受験票を持参してください。

### 問い合わせ

総務課職員係

☎01654③2111

(内線3324・3326)

## 生活に困りごとと不安がある方は ご相談ください

### 生活困窮者自立相談支援事業

働きたくても働けない、経済的な問題や家族の問題などでお困りの方からの相談を受け、専門の相談員が相談者の抱える問題や状況を確認し、一人ひとりの状況に合わせた具体的な支援計画を作成し、寄り添いながら自立に向けた支援を行います。



### 家計改善支援事業

家計状況の「見える化」と根本的な課題を把握し、相談者が自ら家計を管理できるように、状況に応じた支援計画の作成、相談支援、関係機関へのつなぎ、必要に応じて貸し付けのあっせんなどを行い、早期の生活再生を支援します。



### 住居確保給付金

離職により住居を失う、またはその可能性が高い方に家賃相応額(上限あり)を有期で給付する事業です。  
※給付を受けるには、収入、資産、雇用施策による給付金の授受などいくつかの支給要件があります。



### 相談先

名寄市社会福祉協議会  
「生活相談支援センター」  
(総合福祉センター内)  
☎01654③9862

### 問い合わせ

社会福祉課福祉総務係  
(名寄庁舎2階)  
☎01654③2111(内線3221)



# 令和元年度 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
- ◆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)

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、オープン日が変更にな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(水)	
市営球場	5月1日(水)	
B & G 海洋センタープール	5月24日(金) 予定	水曜の午前中休館
南水泳プール	5月15日(水) 予定	金曜の午前中休館
智恵文水泳プール	6月15日(土) 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(水)	全3コース、無料
風連テニスコート	5月1日(水)	風連B G窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(水)	事前申込が必要です
風連B & G 海洋センタープール	5月25日(土) 予定	月曜休館

※各施設を大会など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時まで利用できます。

【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



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。



近藤 陸くん  
平成30年1月生まれ

### 保護者からの メッセージ

1歳おめでとう！  
ぱぱとママ、お兄ちゃんのところに来てくれてありがとう。  
これからもお兄ちゃんに負けず、すくすく育ちますように。



齋藤 有希ちゃん  
平成30年1月生まれ

### 保護者からの メッセージ

お誕生日おめでとう！  
とっても大きくなったね！これからも元気いっぱい過ごそうね。早く一緒におしゃべりしようね♡

### 「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 こども未来課子育て支援係(名寄庁舎2階) ☎01654③2111(内線3245)



## 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？

無料

- ◆とき 5月7日(火)、14日(火)、21日(火)、28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5303)

✉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。

要申込

## 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38「温泉」



右手の人差し指・中指・薬指を3本立てて左手で横から握ります。  
(指で♨️温泉マークをイメージして作ります)



### 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)

山廣 神奈子さん



# なにいろがすき？

日本の社会では、色によって男女の別を表すことが少なくありません。例えばトイレの表示も青と赤で男女の区別がされており、これは、1964年の東京オリンピックが発祥といわれています。そんな環境の中で私たちは知らず知らずのうちに「赤やピンクは女の子の色」「青や水色は男の子の色」と、色によって男女を区別するようになりました。

近年は店頭に並ぶランドセルの色も豊富ですが、ランドセル選びには今でもこの傾向がみられるのではないのでしょうか。女の子が使うランドセルは比較的カラフルなものが多い中、男の子に関しては「黒」系がほとんどです。幼いときに大好きだったヒーローの色、赤いランドセルを背負う男の子はほとんど見たことがありません。こ

れは、子ども自身よりむしろ祖父や父母などが、「男の子は黒」という慣習にならって選ぶことに起因していると思われます。また、みんなが持っている色とかけ離れたものを選ぶと、「いじめられはしないだろうか」「みんなと違うと心配」などの理由で、従来どおりの無難な色を選ぶ場合も少なくないでしょう。そんな大人たちの中で生活しているうちに、子どもたちの中にも知らず知らずのうちに色についてのジェンダーバイアス(社会的・文化的性別、性的偏見)が確立されていくのではないのでしょうか。

ここで一冊の絵本をご紹介します。

『ますだくんのランドセル』  
～ぼくは、ますだけんいち。男の子だけど、ずっと欲しかったお姉ちゃんの赤いお古のランドセルを

とても気に入っています。

固定的な考え方にとらわれず自分が身に付けたいもの、自分が好きだと思えるものに気付き、気に入ったものはしっかりと気に入ったと言えるますだくんのとても素敵なお話です。(この絵本は市立図書館名寄本館、風連分室でも貸し出しされていますので、ぜひ一読ください)



『ますだくんのランドセル』  
武田美穂 / 著  
ポプラ社

今回のお話がきっかけとなり、身の回りのさまざまなジェンダーに気付き、性によって生き方を制約されず、自分や周りの人の個性を認め、大切にしようとする意識が生まれることを期待します。

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3309) ✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

## 佐川急便をかたる ショートメッセージに注意!

### 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



スマホに「お客様宛にお荷物のお届けにあがりましたが、不在のため持ち帰りました。配送物は下記よりご確認ください」とURL付きのメッセージが届いた。不審だ。(50代男性)

怪しい...



お客様宛にお荷物のお届けにあがりましたが不在の為持ち帰りました。  
配送物は下記よりご確認ください。  
<https://www.sagawa>

- ◆佐川急便の名をかたり、「不在通知」の内容でショートメッセージが届いたとの相談が全国的に多発しています。佐川急便が「不在通知」などの内容でSMS(ショートメッセージ)を送ることはありません。
- ◆URLには、リンク先[<http://sagawa>]と書いてあり、クリックすると偽サイトに接続されアプリの登録を誘導してきます。
- ◆もし登録するとスマホの情報を抜き取られ、自分のスマホから不特定多数の人に向けてSMSを送信されたり、携帯電話の決済サービスを利用され、身に覚えのない料金を請求される場合があります。安易にアプリに登録しないでください。
- ◆心配なときは、宅配業者に直接電話で確認しましょう。困ったときは、消費生活センターに相談してください。



困ったときは消費生活センターに相談ください。

# もっと！ もち米プロジェクト

※  
49

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2312)  
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大使としてもち米の消費拡大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.23

## なよろっぽい家づくりの会



### 名寄市ずっと住みいる応援事業

市では「名寄市ずっと住みいる応援事業」の申請を受け付けています。今回は、事業の概要と本会会員で登録されている施工業者をお知らせします。

◆対象 次のいずれかに該当し、市税などの滞納がない方

①名寄市に住民票があり、改修等を行う住宅を所有する方またはその配偶者

※配偶者の場合、住宅所有者が市外に住所を有するときのみ

②市内の住宅を購入し、改修した後に転居し、名寄市に転入する方

※平成28～30年度に実施した「住宅改修等推進事業」を受けられた方は対象外。

※共同住宅、賃貸住宅、法人や会社、宗教団体が所有する住宅は対象外。

#### ◆対象工事

登録されている市内事業者が、交付決定後に着工し、令和元年度内に工事とその工事費用の支払いが完了する次の工事。

- ①住宅の増築、改築工事
- ②住宅の耐久性を高める工事
- ③住宅の安全上、防災上必要な工事
- ④住宅の居住性を良好にするための工事、衛生上必要な工事
- ⑤建築設備工事
- ⑥雪対策工事(融雪槽・融雪機、ロードヒーティング、

落雪防止柵の設置工事および木・塀の撤去による間口確保工事)

※新築工事、外構工事、家電製品・家具などの購入、設計費などは対象外。

#### ◆補助金額

改修工事経費 (消費税および対象外経費を除く)	補助金額
50万円以上100万円未満	10万円
100万円以上	20万円

※申請者が移住者の場合または1年以上空き家だった家屋を改修する場合は5万円加算

◆提出書類 交付申請書、住民票、納税証明書、家屋証明書または登記簿謄本、工事見積書、施工前の写真など

※詳しくは市役所産業振興課(☎01654③2111)へ問い合わせください。

#### ◆なよろっぽい家づくりの会会員の登録業者

(株)吉田組	(株)坂下組	(有)小室建設
齊藤工務店	(有)品地板金加工所	(有)山真真鍋建設
中館建設(株)	(株)大野組	(株)松前

■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

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

✉ny-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)

認定こども園風連幼稚園内

☎01655③2133

開館 遊びの広場 10時～

相談 10時～15時 11時30分

休館 水・金・土・日・祝日・年末年始

ひまわりらんど

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)

身体測定



身長・体重を測りカードに手形を押しましょう。

◆とき 5月13日(月)、14日(火)  
①9時30分～11時30分

◆②13時30分～15時30分  
◆ところ ひまわりらんど  
◆申し込み 不要

ベビー・キッズクラブ

0歳・1歳以上のお子さまと保護者の方で「ネコの花立て」を作りましょう。

◆とき 5月24日(金)、27日(月)、28日(火) ①9時30分～11時30分、②13時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆申し込み 必要

◆申込期限 5月20日(月)

離乳食のお話

月齢に合わせた離乳食の進め方を学びましょう。

◆とき 5月16日(木) 14時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆講師 和田 祐佳氏(市立保育所管理栄養士)

◆定員 15組(先着)

◆申し込み 必要

人形劇鑑賞



親子で人形劇を楽しみましょう。

◆とき 5月22日(水) 10時30分～11時30分

◆ところ 市民文化センター  
◆講師 人形劇団 キノッピ

◆申し込み なし

◆多世代交流を兼ねます。大人のみで参加する場合は5月7日(火)～21日(火)にひまわりらんどまで申し込みください。

名寄市の保育サービスについて

名寄市で行っているさまざまな保育サービスについてお話しします。

◆とき 5月23日(木) ①10時30分～11時30分、②14時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆講師 奥村 澄子氏(子育てコンシェルジュ)

◆定員 各回親子20組(先着)

◆申し込み 必要

幼児の食事とおやつ

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。

◆とき 6月11日(火) 14時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆講師 和田 祐佳氏(市立保育所管理栄養士)

◆定員 15組(先着)

◆申し込み 必要

◆申込期間 5月7日(火)から

浅江島公園で遊ぼう

親子で浅江島公園で遊みましょう。

◆とき 6月20日(木) 10時～11時30分

◆ところ 浅江島公園(現地集合・現地解散)

◆申込期間 5月7日(火)～6月13日(木)

◆雨天時は市民文化センター多目的ホールで遊びます。

こぐま

春のおはなし会

市立図書館主催の本の読み聞かせです。

◆とき 5月9日(木) 10時～11時30分

◆本の読み聞かせは10時30分～10時45分に行います。

◆ところ 認定こども園風連幼稚園保育園舎内

◆申し込み なし



親子エアロビクス(講習会)

リズムに合わせて親子で楽しく身体を動かします。

◆とき 5月23日(木) 10時～11時30分

◆ところ 認定こども園風連幼稚園保育園舎内

◆申し込み なし

春の親子遠足

現地集合、現地解散の親子遠足です。

◆とき 6月6日(木) 10時～11時30分

◆ところ サンピラーパーク(現地集合・現地解散)

◆申込期間 5月30日(木)

児童センター「ほっと21」

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

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29日(水) 15時～16時

◆ところ 児童センター

◆対象 市内小学生

◆定員・参加費 なし・無料

◆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）  
 ☎01654②2218  
 FAX 01654②2356  
 ☒nkunsei@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）  
 ふづれん地域交流センター内  
 ☎01655③2620  
 FAX 01655③2321

### 市民文化センター

阿部雅司のノルディック  
 ウォーキング（無料）  
 水曜日の夜は運動しよう！  
 ◆とき 5月15日（水）、22日（水）、6月5日（水）【全3回】  
 18時30分

◆ところ すま靴スポーツ店（西1南6）集合  
 ◆講師 阿部 雅司氏（市スポーツ振興アドバイザー）  
 ◆定員 30人（先着）  
 ◆申込期限 5月13日（月）  
 ※なよろ健康マイレージ対象事業です。

※ポールの貸し出しを希望の方は申し込み時に申し出ください。（無料）  
 市民講座「親子レジン教室」  
 ～自分だけのアクセサリーを作っちゃおう～

◆とき 5月19日（日） 10時

### 公民館

◆ところ 市民文化センター  
 ◆内容 ミール皿や空枠を選び、レジンを使って、自分だけのアクセサリーやストラップを親子で4作品作成します。  
 ◆講師 綿こいの皆さん  
 ◆対象 市内在住の小学生以上の親子  
 ※口に入ると危ない物が多いため幼児の同伴不可。

◆定員 親子12組（先着）  
 ◆参加費 1500円  
 ◆持ち物 はさみ  
 ◆申込期間 4月26日（金）～5月13日（月）

### 図書館

図書館名寄本館（大通南2）  
 ☎01654②4751  
 FAX 01654②4897  
 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  
 図書館風連分室（風連町西町201）  
 風連中央小学校内  
 ☎01655⑦8000  
 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

◆とき 5月19日（日） 10時  
 毎週土曜日に市ホームページ

### 名寄本館

◆ところ 市民文化センター  
 ◆内容 ミール皿や空枠を選び、レジンを使って、自分だけのアクセサリーやストラップを親子で4作品作成します。  
 ◆講師 綿こいの皆さん  
 ◆対象 市内在住の小学生以上の親子  
 ※口に入ると危ない物が多いため幼児の同伴不可。

◆定員 親子12組（先着）  
 ◆参加費 1500円  
 ◆持ち物 はさみ  
 ◆申込期間 4月26日（金）～5月13日（月）

### 土曜読書会

◆とき 5月11日（土） 13時  
 ◆内容 参加者同士が本の紹介をして意見交流するビブリオトークをします。  
 ◆持ち物 お気に入りの本1冊  
 ※見学のみの参加も可能。

### こどもの読書週間企画

◆とき 5月12日（日） 14時～15時  
 ◆内容 参加者同士による本の紹介と意見交流  
 ◆対象 小学3～6年生

### ミニ展示コーナー

「もっと知りたい天皇と皇族」  
 「おべんとうをもって出かけよう」  
 ◆金曜おはなしクラブ（金曜日）  
 ◆とき 5月10日、17日、24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16日 10時30分  
 ◆対象 3歳未満児・保護者

◆5月の休館日  
 1日（水）、3日（金）～6日（月）

### 風連分室

◆こどもの読書週間企画  
 「春のおはなし会」  
 ◆とき 5月9日（木） 10時～11時30分  
 ※本の読み聞かせは10時30分～10時45分に行います。

◆ところ 子育て支援センター  
 ◆内容 絵本の読み聞かせ  
 ◆対象 3歳未満児・保護者

◆ミニ展示コーナー  
 「ともだちになろうよ」

◆おはなしタイム（金曜日）  
 ◆とき 5月10日、17日、24日 13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28日 11時20分

◆5月の休館日  
 1日（水）～6日（月）、19日（日）、26日（日）、31日（金）

### 自動車文庫「やまゆり号」5月の巡回日程

【名寄地区】		
7・21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
8・22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
15・29日（水）	緑丘第1団地	15:10～15:25
	サピラ・マガレット 1号 道宮住宅前	15:35～15:50
9・23日（木）	コデマリ公園前	15:35～15:50
	西10南1自衛隊官舎前	16:00～16:20
【風連地区】		
10日（金）	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



# 博物館

北国博物館(緑丘22)

TEL 01654 2575

FAX 01654 2575

〒991-8501 秋田県大館市緑丘22  
 開館 9時～17時  
 休館 月・年末年始  
 風連歴史民俗資料館



※問い合わせは北国博物館へ  
 (風連町南町85)

## 企画展(無料)

### ◆野外植物展

なよろ野の花の会会員による恒例の展示会です。地域の草花を写真、押し花、リースなどにして紹介します。

◇とき 5月12日(日)まで

※最終日は午前中のみ開催。

◇ところ 北国博物館ギャラリーホール(1階)

◇主催 なよろ野の花の会(上野紘一(会長))

### ◆名寄駅舎と名寄本線

JR名寄駅は昨年、建設時(昭和2年)の姿をイメージした外観に改修されました。駅舎の歴史を駅前広場など周辺の変化とともに紹介します。また、平成元年の廃線から30年の名寄本線について、その歩みを振り返ります。

◇とき 5月17日(金)～6月9日(日)

◇ところ 北国博物館ギャラリーホール(1階)

SLキマロキが見られます

かつて冬の道北で活躍したSL排雪列車キマロキは、機関車、マックレー車、ロータリー車、機関車に車掌車を加え、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。このほど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。

◇天気の良い日は星が見える日  
 1日(水)～6日(月)、17日(金)～19日(日)、24日(金)～26日(日)、31日(金)  
 19時頃～21時30分

## 天文台

なよろ市立天文台「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  
 E-mail: kitarasubar@ayoro-star.jp  
 HP: http://www.ayoro-star.jp  
 開館 火～日・祝日  
 13時～21時30分  
 (21時までに入館)

## 5月の利用案内

◆休館日 7日(火)～13日(月)、20日(月)、27日(月)

※8日(水)～12日(日)は臨時休館となります。

◆観覧料 一般410円、学生300円、65歳以上200円、高校生以下無料

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	ダイナミック アース	ぬすまれた月
16:00	NEW! 星の旅 世界編	NEW! 星の旅 世界編
18:00	ダイナミック アース	ダイナミック アース
20:00	NEW! 星の旅 世界編	NEW! 星の旅 世界編

## ◆プラネタリウム

19時頃～21時30分



◆天体観望  
 ◇月面が見える日 8日(水)～19日(日)  
 ◇今月見える惑星 水星(上旬まで)、金星、火星(中旬まで)

※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 1日(水)～31日(金) 13時～19時頃(休館日を除く)

◇天気が良ければ星が見える日  
 1日(水)～6日(月)、17日(金)～19日(日)、24日(金)～26日(日)、31日(金)  
 19時頃～21時30分

◇新番組「星の旅 世界編」  
 映像クリエイターKAGAYAが3年の歳月をかけて世界の星空を追い求めた映像作品。

旅をすると風景が変わるように、星空にもその土地の見え方があります。南十字や天の川、ウユニ塩湖に映る満天の星空など、世界の星空映像満載の作品です。

観察緯度によって星空が変わる理由や、天の川の正体は何かなどをCGで探る旅も体験できます。

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 4月26日(金)～5月6日(月) 19時30分～21時30分

◆春眠プラ寝たリウム(無料)

連休明けの気分転換のため、癒しのプラネタリウム。

◆とき 5月26日(日) ①15時、②17時  
 ◆定員 各回50人(先着)



## M51 子持ち銀河



春の夜空の目印で有名な北斗七星の近くのりょうけん座にある銀河です。大きい銀河がM51で、腕の1本が小さい銀河のNGC5195につながっている姿から、「子持ち銀河」と呼ばれています。月あかりがない夜に、大型の望遠鏡を使うと銀河どうしをつなぐ腕も見ることができま

す。2019年3月7日(撮影者 渡辺文健)

ピリカ望遠鏡は急ぎよ、必要な観測が生じた場合に、見学・観望ができません。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	4:20	18:36	3:02	14:33	5日	●新月
10日	4:07	18:46	8:23	23:59	12日	●上弦
20日	3:56	18:58	20:16	5:01	19日	○満月
31日	3:47	19:09	2:17	15:27	27日	●下弦

問 問い合わせ

申 申し込み

名 名寄庁舎 (01654) 3311

風 風連庁舎 (01655) 2511

夜間窓口

- ◆とき 5月23日(木)  
24日(金)  
27日(月)  
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。

- ◆ゆずります  
①エプソン・インク・カートリッジ (さくらんぼ70番)  
②学習机 ③五月人形セット  
④産業高校男子制服一式(170cm)  
⑤東中学校女子制服一式  
・ワイシャツ3枚(155cm)  
⑥東中学校女子制服水色リボン(2本)  
⑦五月人形(単体)  
⑧パークゴルフクラブ3本(ケース付)  
⑨カラオケセット(TV接続可)  
⑩ランニングマシーン  
⑪手回しの唐箕(農機具)
- ◆ゆずってください  
①名寄中学校女子制服一式、  
柔道着(160cm) ②オセロ  
③名寄中学校女子ジャージ上下、  
ハーフパンツ ④食器洗浄機  
⑤ファンヒーター ⑥空気清浄機  
⑦カセットのミュージックテープ  
⑧パソコン(ノート・デスクトップどちらでも可)  
⑨電子ピアノ

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7日(火)~31日(金)  
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 総合政策課秘書係  
名 3階 (内線3304)

改元に伴う取り扱い

5月1日から元号が「令和  
(れいわ)」になります。  
市から発送する文書などの  
日付は、従来から和暦を使用  
しており、今後においても原  
則として和暦を使用してい  
きます。しかし、各種計画の  
期間や、すでに印刷している  
文書(納税通知書など)は旧元  
号の「平成」で表記しています。  
こうした「平成」で表記した  
期日などは、新元号の「令和」  
に読み替えていただきますよ  
うご理解をお願いします。



読み替えの例

- ①平成31年10月1日  
↓ 令和元年10月1日
- ②平成32年3月31日  
↓ 令和2年3月31日

名 問 法制担当  
3階(内線3380)

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、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。近隣住民の皆  
さまにはご迷惑をおかけしま  
すが、ご理解ご協力をお願い  
いたします。

- ◆とき 5月19日(日) 10時  
〜 16時
- ◆ところ 名寄東病院(東6  
南5)

名寄消防署



問 名寄消防署  
01654③3319

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。



- ◆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 旭東北區、  
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

名寄消防署

問 名寄消防署  
01654③3319

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(火)~20  
日(月)
- ※複数区画の申し込み可。
- ※1区画に2人以上の申し込み  
があった場合は抽選とする。
- ◆売却決定日 5月21日(火)
- ※抽選の場合は、当日市役所  
名寄庁舎で実施します。

- ◆売買契約日 5月27日(月)
- ◆支払い 契約時に契約即納

◆売却物件  
金契約金の10パーセント相  
当額と、契約日から40日以  
内に全額を支払ってください。

区分	所在	地番	地積	売却価格
土地	風連町仲町	56番2	452.71㎡	200万4,000円
土地	西11北4	8番10、70、71	523.04㎡	485万円
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

申・問

財政課管財係  
3階(内線3334)

## 子どもたちの健やかな

### 育ちのために

子どもたちの学力・体力の向上や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が大切です。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協力いただいています。

◆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  
名 3階(内線3377)

## 道管住宅入居者の募集

◆書類配布期間 5月14日(火)～31日(金)

※土・日・祭日を除く。

◆募集受付期間 5月29日(水)～31日(金)

◆申込方法 収入のわかるもの(源泉徴収票など)と、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。

※障害者手帳などをお持ちの方は持参してください。

◆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6日(木) 14時

◇ところ 駅前交流プラザ「よるーな」(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	613号 東1北6	3LDK 72.6㎡	1万9,100~2万8,500円	H2	1階	世帯向け
ノースタウン名寄プラタナス棟	621号 東1北6	2LDK 62.2㎡	1万6,400~2万4,400円	H2	2階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	510号 東1北6	3LDK 72.6㎡	1万9,600~2万9,300円	H4	1階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	512号 東1北6	2LDK 62.2㎡	1万6,800~2万5,100円	H4	1階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	531号 東1北6	2LDK 62.4㎡	1万6,900~2万5,100円	H4	3階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	532号 東1北6	2LDK 62.4㎡	1万6,900~2万5,100円	H4	3階	世帯向け
サンピラー名寄A棟	125号 西2南11	3LDK 74.6㎡	2万3,600~3万5,200円	H8	2階	世帯向け
サンピラー名寄A棟	134号 西2南11	3LDK 74.6㎡	2万3,600~3万5,200円	H8	3階	世帯向け
名寄マーガレットヴィラA棟	332号 西2南11	2LDK 59.3㎡	1万8,700~2万7,800円	H11	3階	世帯向け
名寄マーガレットヴィラC棟	621号 西1南11	2LDK 63.1㎡	1万9,900~2万9,600円	H11	2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)

01654-33711  
http://naiorpoto.com/publish/index/17/

健康づくり体操教室

◆とき 5月9日(木)、23日(木)、29日(水) 9時

◆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、自ぎょう術、ラジオ体操

◆持ち物 上靴

◆申し込み 当日会場にて受け付けます。

問 高齢者支援課高齢福祉係

名 2階(内線3231)



広告

その出会いに想いを込めて。

# 株式会社 三浦ハイヤー

代表取締役社長 眞鍋 和一

TEL 01654-2-4321

女性 乗務員募集  
男性

お気軽にご相談ください。

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111) 風 風連庁舎(☎01655③2511)

障がい者相談員を紹介し  
ます

◆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

◆社会福祉課障がい福祉係

2階(内線3225)

◆特設人権心配ごと相談所  
を開設します

◆とき・ところ

①6月3日(月) 10時～15時  
旭川地方司法局名寄支局

(西1南11)

②6月5日(水) 10時～15時  
ふうれん地域交流センター  
(風連町本町63)

◆相談員 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。



問 環境生活課環境・生活安全係  
1階(内線3126)

上下水道料金の  
集金・検針のお知らせ

市では次の方々に水道メー  
ターの検針や料金の徴収など  
の事務を委託しています。ご  
家庭に伺った際はご協力くだ  
さい。また、料金は口座振替  
による支払いをしていただけ  
ますようご協力ください。

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 水道メーター検針	・夏坂 弘實 ・清水ひろえ ・川口晴生 ・川崎由希子
智恵文地区	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・佐々木敏子 ・松田ゆかり ・中山 精子 ・みづき けんじ ・丸山 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

名 上下水道室業務課業務係  
3階(内線3360)  
3363

第31回名寄駐屯地  
春のコンサート

◆とき 5月18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「よろーな」、  
TSUTAYA名寄店、名  
寄駐屯地で配布中

名寄駐屯地

創立66周年記念行事

◆とき 6月2日(日) 8時  
30分～15時

◆ところ 名寄駐屯地(内淵)

◆内容 記念式典、訓練・

装備品展示、戦車等搭乗体

験、ちびっ子広場、地区物

産展など

※天候により変更となる場合

があります。

※無料シャトルバスが運行し  
ます。詳しくは駐屯地ホー  
ムページをご覧ください。

陸上自衛隊名寄駐屯地

☎01654③2137

HP <https://www.mod.go.jp/gsd/nae/2d/unit/butai/navoro/index/index.html>

自動車税を  
忘れずに納めましょう

◆納期限 5月31日(金)  
※納入通知書は5月8日(水)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  
※インターネットを利用した  
クレジット納税ができます。

◆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。

◆申・問

納入通知書が届かない場合

札幌道税事務所

自動車税課税担当

☎011(746)1190

納税に関するご相談

上川総合振興局納税課

☎0166(46)5100

名寄道税事務所

(西4南2)

☎01654②4148



## 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：6月1日



工業統計キャラクター・コウちゃん

問 企画課企画調整係 名 3階(内線3309)



政府統計

## 奨学金・修学資金の利子補給制度

市では、奨学金や修学資金の貸し付けを受けた学生・生徒に対して、利子補給を行っています。

### ◆対象

- ①高等学校、高等専門学校、短大、大学、大学院、専修学校・専門課程に在学中の方
- ②親またはこれに代わるべき方が名寄市民の方
- ③独立行政法人日本学生支援機構の有利子奨学金の貸し付けを受けた方、または(株)日本政策金融公庫・民間金融機関などの修学資金の貸し付けを受けた方で規則で定める選考基準により選考された方

※独立行政法人日本学生支援機構奨学生は、無条件で利子補給の対象になります。

- ◆利子補給金の算出基準額  
次の金額に修業年数を乗じ

## 総合福祉センター使用料等の収納業務委託

市では、名寄市総合福祉センター使用料などの料金収納業務を次の事業所に委託しています。

### ◆委託事務の内容

会場使用料金や冷暖房料、浴室使用料金の収納事務

た額。

- ①高等学校在学者 12万円
- ②高等専門学校在学者 18万円
- ③専修学校(専門課程)在学者、または各種学校在学者(修業年限1年以上) 36万円
- ④大学、大学院在学者 48万円

### ◆利子補給金

◇独立行政法人日本学生支援機構奨学生  
基準額にその貸付利率を乗じた額の一部を補給。

◇(株)日本政策金融公庫・民間金融機関など  
規則に定める選考基準の収入判定額により補給。

### ◆申込期限 10月31日(木)

※借入先によって必要書類が異なります。詳しくは問い合わせください。

### 申・問

学校教育課総務係  
3階(内線3374)

### ◆委託期間

令和2年3月31日まで

### ◆受託者

社会福祉法人 名寄市社会福祉協議会(西1南12)

社会福祉課福祉総務係  
1階(内線3221)

## 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。

## 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。がん患者さん・その家族であればどなたでも参加できます。

◆とき 5月30日(木) 13時30分～15時

◆ところ 市立総合病院2階

◆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不都合が生じることがあります。まだ平成30年分の確定申告を行っていない方は、速やかにいきましょう。

### 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2119)



### 和室

◆内容 「がん治療のあれこれ」一緒に話し合います。

### 申・問

市立総合病院  
地域医療連携室  
01654③3101

## 行政相談委員の紹介

今年度から行政相談委員が変わりましたのでお知らせします。行政相談委員は、公正・中立な立場で行政の仕事に関する苦情や、制度・運営に対する意見・要望などを受け付けし、その解決や実現の促進、制度運営の改善に生かしています。

市民の皆さまの声をお聞かせください。

【管轄】総務省北海道管区行政評価局旭川行政監視行政相談センター



名寄地区担当

みしま 裕二



風連地区担当

ひろせ 一弘

消費生活センター 01654②3575

問 問合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

町内会に入りましょう

安心して暮らせる地域づくりを支えている町内会では、さまざまな活動を行っています。  
◆市などからの情報の回覧 広報の配布や町内会に送られてくる市やその他行政機関からのお知らせ、催しの情報など回覧・掲示を行っています。  
◆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12日(日)11:00～  
6月2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」)  
☎01654②3575  
☎01654③2111(内線3616)
- ◆年金事務相談  
とき 5月14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 旭川地方事務局名寄支局  
☎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階ここぼっと  
☎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

	自衛官候補生 6月試験	自衛官候補生 7月試験
応募資格	採用月の1日現在 18歳以上32歳以下	採用月の1日現在 18歳以上32歳以下
受付期間	受付中 ～ 6月17日(月)まで	受付中 ～ 7月22日(月)まで
試験日	6月21日(金) 6月22日(土)	7月28日(日) 7月29日(月)

※会場は旭川となり、詳しくは受け付け時にお知らせします。

申・問 自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所(西1南9) ☎01654②3921

ガストーチバーナー 使用上のお知らせ

市内における火災発生状況は減少していますが、近年の傾向として、ガストーチバーナーなどを使用し、建物周囲の除草や害虫駆除を行っている状況で失火し、火災となつた事例が数件出ています。同じような火災を発生させないためにも、次の留意点に注意して使用してください。  
①壁や土台などに炎が接しない使用  
②異常燃焼を発生させないよう注意事項をよく読んで正しく使用  
③腐食や直射日光など高温多湿を避けて保管  
④市の分別方法に従い廃棄

問 名寄消防署 予防課保安係 ☎01654③3319

ヘルプマーク・ヘルプカード

「ヘルプマーク」と「ヘルプカード」は、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方など、外見からは、援助や配慮を必要としていることが分かりにくい方の意思表示を支援するためのものです。このマークを見かけたら、思いやりのある行動をお願いします。



名 配布場所・問 社会福祉課障がい福祉係 2階(内線3225) 地域住民課福祉係 1階(内線2113)

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。  
◆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、ロープ、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  
③その他 ストープ、カセットコンロなど  
◇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  
①～③ 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)

# 天皇陛下即位に伴う祝日等による休業

問 問い合わせ

申

申し込み

名

名寄庁舎 ☎01654③2111

風

風連庁舎 ☎01655③2511

施設	2019年4月					2019年5月							
	26日 金	27日 土	28日 日	29日 月	30日 火	1日 水	2日 木	3日 金	4日 土	5日 日	6日 月	7日 火	8日 水
<b>名寄地区</b>													
市立総合病院				①	①	①	①	①	①	①	①		
スポーツセンター													
図書館名寄本館							②						
市民文化センター (※1)													
北国博物館													
なよろ市立天文台「きたすばる」													
児童センター													
総合福祉センター (※1)													
<b>風連地区</b>													
風連B&G海洋センター・風連農村環境改善センター				③							③		
ふうれん地域交流センター (※2)													
図書館風連分室													
風連児童会館													
農業振興センター													

名寄庁舎・風連庁舎・智恵文支所・保健センター・ひまわりらんど・風連国保診療所・ふうれん健康センター・風連陶芸センターについては、4月27日(土)から5月6日(月)までの間休業します。

駅前交流プラザ「よるーな」、道の駅「もち米の里☆なよろ」は全日営業しています。

※1 4月26日(金)は貸館を行いませんが、入館できます。

※2 使用するには事前の申し込みが必要です。4月29日(月)～5月6日(月)は受け付けていませんのでご注意ください。

ごみ・し尿の収集など	2019年4月					2019年5月							
	26日 金	27日 土	28日 日	29日 月	30日 火	1日 水	2日 木	3日 金	4日 土	5日 日	6日 月	7日 火	8日 水
<b>ごみの収集</b>													
(※3) 名寄地区													
風連地区													
<b>ごみの受け入れ業務</b>													
炭化センター													
リサイクルセンター													
風連リサイクルプラザ													
名寄地区広域最終処分場													
風連一般廃棄物最終処分場													
<b>し尿の収集業務 (※4)</b>													

※3 連休中での粗大ごみの申し込みは受け付けていません。

※4 し尿の収集受け付け業務…連休前に収集の申し込みをされていない場合は連休後での対応となります。

申・問 名寄市環境保全事業協同組合 ☎01654②4300

ご寄附  
ありがとうございました  
(順不同・敬称略)

◆地域環境整備のために

○第一建設株式会社  
(寺島 香代表取締役)

◆新入学児童のために

○田淵 夏子・川原 夏子

◆新1年生へ入学記念品として

○北星信用金庫  
(岡本 守理事長)

◆地域振興のために

○名寄文具商組合  
(湯川 孝一会長)

○有限会社アクシス  
(佐々木 貴也代表取締役)

# 5月市民カレンダー

May

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday																											
<b>児童生徒の帰宅時刻</b> 小学生 <b>18時</b> 中学生 <b>19時</b> 高校生 <b>21時</b> 児童生徒補導協議会 (小中高等学校)	<b>風連陶芸センター陶芸教室</b> ◆とき 5/9(木)、23(木) ① 9:00~12:00 <b>詳しくは お問い合わせください</b> ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ※各15人まで ◆費用 粘土代 1kg200円 <b>要予約</b> ◆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	<b>1 天皇の即位の日</b> ★博物館であそぼう! (5月6日まで) <b>北</b> ★きたすばるピリカ Week! (5月6日まで) <b>天</b>	<b>2 国民の休日</b> ★こどもの読書週間企画 (0歳~3歳向け) 10:30 (図書館名寄本館)	<b>3 憲法記念日</b> ★なよろ憲法記念ハーフマラソン 9:45 (天塩川河川敷特設コース)	<b>4 みどりの日</b>	<b>5 こどもの日</b> ★全道民謡決勝大会 道北予選・江差道分道北地区大会 9:30 <b>文</b>	<b>6 振替休日</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b> ★こどもの読書週間企画「春のおはなし会」 10:00 (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 <b>見</b> ★北の星座音楽祭 19:00 <b>文</b>	<b>10</b>	<b>11</b> ★一輪車教室 10:00 <b>見</b> ★土曜読書会 13:00 (図書館名寄本館) ★母の日のプレゼント作り 13:30 <b>見</b>	<b>12</b> ★公共施設探検ツアー 10:00 ★無料法律相談 11:00 <b>よ</b> ★こどもの読書週間企画「ピブリオトーク」 14:00 (図書館名寄本館)	<b>13</b> ★運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 <b>文</b>	<b>14</b>	<b>15</b> ★阿部雅司のノルディックウォーキング 18:30 (すま靴スポーツ店)	<b>16</b> ★運転免許更新時講習会 初回14:00 一般17:30 <b>文</b>	<b>17</b> ★名寄駅舎と名寄本線 (6月9日まで) <b>北</b>	<b>18</b> ★一輪車教室 10:00 <b>見</b> ★本の読み聞かせと工作 13:30 <b>見</b> ★陸上自衛隊名寄駐屯地 第31回春のコンサート 18:00 <b>文</b> ★風連中央小学校新校舎落成記念式典	<b>19</b>	<b>20</b> ★運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00 <b>文</b>	<b>21</b>	<b>22</b> ★阿部雅司のノルディックウォーキング 18:30 (すま靴スポーツ店)	<b>23</b> ★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 ★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45 <b>見</b>	<b>24</b> ★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	<b>25</b> ★もち米サポーター養成塾 8:30~11:00 ★本の読み聞かせ 13:30 <b>見</b> ★キタノコエライブ 18:00 <b>文</b> ★体育祭 (名寄中、名寄東中、風連中)	<b>26</b> ★春眠ブラ寝たリウム ①15:00②17:00 <b>天</b> <b>なよろアスパラまつり</b> 10:00~15:00 at 駅前交流プラザ「よるーな」	<b>27</b> ★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	<b>28</b>	<b>29</b>  15分運動して報告しよう! ※詳しくは8ページをご覧ください	<b>30</b>	<b>31</b> 広報6月号 配布予定日 <b>本</b>	<b>6月の予定</b> ★6/1 運動会(名寄南小、名寄西小、智恵文小、智恵文中)

広報誌は保存しておきましょう

文 …市民文化センター ス …スポーツセンター 北 …北国博物館 見 …児童センター 天 …天文台 よ …駅前交流プラザ「よるーな」  
福 …総合福祉センター シ …ピヤシリシャンツェ ピ …ピヤシリスキー場 健 …なよろ健康の森 ふ …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31年3月末日現在

### ◆人口

全体 27,224人 (-318)  
 男 13,271人 (-171)  
 女 13,953人 (-147)  
 外国人住民登録者 67人 (0)  
 出生 10人 (-7)  
 死亡 27人 (-5)

### ◆世帯数

全体 14,126世帯 (-124)  
 ※( ) は前月末比

## 広報 なよろ 令和元年5月1日発行 第158号

◆発行/名寄市 ◆編集/総務部企画課広報推進係  
◆印刷/株式会社北方印刷所

## 名寄市役所

開庁時間 [平日] 8:45~17:30 ☎01654③2111 (交換)  
 HP <http://www.city.nayoro.lg.jp>  
 ✉ [nayoro@city.nayoro.lg.jp](mailto: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

