



今月のみどころ

- 年に1回特定健診を受けましょう
- チャレンジデー2014
- ファイターズ観戦ツアー参加者募集
- パブリックコメント
- 市民ホールの愛称募集中

- 2 — 3
- 6
- 8
- 10
- 11



2014 名寄市応援大使
北海道日本ハムファイターズ
稲葉選手・村田選手



年に一度

特定健診を受けましょう

名寄市国民健康保険(以降市国保)では、加入する皆さまの健康を守るため、健診や保健指導に取り組んでいます。
市国保加入者は、30歳から健診と各種がん検診を無料で受診することができます。年に一度、健康管理のために健診を受けましょう。



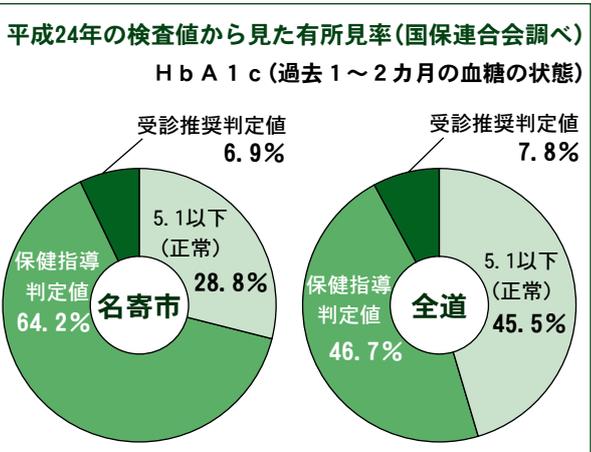
若いときからの予防が大切

国民医療費の3割以上は心疾患や脳卒中などの生活習慣病です。また医療費が年々増加しているため、生活習慣病の予防対策は欠かせません。
若いときから健診を受け、生活習慣を見直し、改善することで生活習慣病を予防することができます。

加入者に多い糖尿病

下のグラフは国保連合会が算出した平成24年の検査値から見た有所見率(健診受診者の中で異常があると結果の出た方の占める割合)の本市と全道との比較です。
グラフのとおり、市国保加入者は全道に比べて糖尿病予備軍が多いと

の結果が出ています。糖尿病は脳・心臓・腎臓などの重篤疾患の起因となるので、糖尿病対策は本市の課題と言えます。



糖が多いとなぜ悪いのか

糖は生きていくために必要なエネルギーですが、血液中に多いと血中のたんぱく質と結びつき、細胞に酸素を運べないほか、動脈硬化・免疫低下・老化の進行などさまざまな症状を起こす原因になります。

これは全身の血管や臓器に影響を与えますが、その中でも大切な脳・心臓・腎臓は構造上、高血糖による動脈硬化が特に起こりやすいです。

原因

① 遺伝的要素

すい臓には血糖値を下げるホルモン(インシュリン)を分泌する細胞があります。糖尿病の遺伝がある方には「すい臓からインシュリンが分泌されない遺伝的要素」があります。

② 加齢

60歳を過ぎるとインシュリン分泌量が3分の2に減少し、血糖値が下がりにくくなります。

③ 肥満(食べ方・体の動かし方)

内臓脂肪から出る活性物質はインシュリンを効きにくくします。適正体重を維持し、インシュリンを余計に使わないことが大切です。



適量を食べることが大切



極端な体重増加は内臓の負担になるため、適正体重を維持できる分の食事をとることが非常に大切です。食事は「年齢・性別・身長・活動強度(体の動かし方)・目標とする体重」で異なります。

若いときと同じ生活を過ごしていても年を重ねると代謝は落ちていくため、食べる量を減らさないと体重は少しずつ増えていきます。食事に興味のある方は健康相談をご利用ください。

自己流の減量を行い、結果がでないとお悩みの方も、一度自身の食事量の目安を知っておくことをおすすめします。

早期発見には血液検査が必須

痛みなどの自覚症状が無いまま進行する生活習慣病の予防と早期発見のために、年に一度健診を受け、血液検査で自分の健康状態を確認しましょう。



30歳以上の市国保加入者は
無料で健診を受けられます

平成26年度 特定健診の日程

種類	総合検診	組合せ検診	個人検診
特徴	最寄りの市内施設で受診できます	・無料送迎バスつき ・乳がん・子宮がん検診をセットで受診できます	・受診日を決められる ・乳がん・子宮がん検診をセットで受診できます
とき ・ ところ	保健センター 7月26日(土) 7月27日(日) 7月28日(月) 7月29日(火) 7月30日(水) 7月31日(木) 10月28日(火) 10月29日(水) 平成27年1月19日(月) 1月20日(火) 総合福祉センター 8月1日(金)	ふうれん健康センター 7月4日(金) 7月5日(土) 7月6日(日) 10月30日(木) 平成27年1月17日(土) 1月18日(日)	旭川がん検診センター 6月30日(月) 7月1日(火) 7月3日(木) 10月20日(月) 10月21日(火) 10月22日(水)
	風連日進コミュニティセンター 7月25日(金)		旭川がん検診センター 平成27年3月31日 まで随時
同時に 受けられる 検診	胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・ 肝炎ウイルス検診・エキノコックス症検診	胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん・ 子宮がん・肝炎ウイルス検診・エキノコックス症検診	
検査内容	計測(身長・体重)・血液検査・問診 血圧測定・尿検査・医師による診察	血液検査項目 糖尿病・痛風(高尿酸)・コレステロール(脂質異常) 腎臓・肝臓などの10種類	



各種がん検診(健診と同時に受診できます)

種類	検査内容	料金
胃がん検診	バリウム検査	無料
肺がん検診	レントゲン検査	
大腸がん検診	便潜血検査	
エキノコックス症検診	血液検査	
肝炎ウイルス検診		1,300円
前立腺がん検診		
乳がん検診	マンモグラフィー と視触診	無料 (2年に1回)
子宮がん検診	頸部細胞診 とエコー検査	

●各種検診の申し込み

保健センター ☎01654②1486

●その他問い合わせ

市民課国保高齢医療係(名寄庁舎2階)

☎01654③2111(内線3118)



健診を受けてよかった

という声が寄せられています

- もともと健康には自信があり、受診や検査をしていなかった。今回の検査で身体の中から健康であることが確認できて安心した。退職後の人生を楽しむためにも、継続して健診を受け健康でいようと思っている。
- 仕事を退職して生活が大きく変化したので体のことが気になり受診した。健康には自信があったが、血液の状態までは分からないので調べてもらえて良かった。
- 転職をきっかけに、今年初めて市の健診を受けた。糖尿病治療の際にも検査をするが、項目は多くないので今回の健診結果を主治医に見せて活かしたいと思う。養う家族がいるので、病気で倒れるわけにはいかない。健康で働き続けるために毎年受診しようと思う。

名寄市立総合病院 受付案内

診療受付時間	
【午前】	8:00 ~ 11:30
【午後】	13:00 ~ 15:15

平成26年4月現在 外来診療受付一覧表

◆土曜日・日曜日・祝日は休診です。

科目	曜日	受付区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
循環器内科	午前		○	○	○	○	○	・予約変更は直接循環器内科外来に連絡してください。 ※初診の予約は行なっていません。
	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	・予約センターで予約（火曜日以外）できます。 ※予約外は待ち時間が長くなる場合があります
	午後	※午後の診療は行っていません						
神経内科	午前		×	×	出張医	×	×	・完全予約制のため、予約センターで予約してください。 ・毎月第1水曜日のみの診療です。 ※初診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できます。
	午後	※午後の診療は行っていません						
糖尿病・代謝内科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。
	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（毎週火・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。 ・ワクチン予約は接種希望日の2日前16時までに予約してください。
	午後		○	○	○	○	○	
外科	午前		○	×(手術)	○	×(手術)	○	・予約センターで予約できます。水曜日午後は原則予約のみ。 ・月・水曜日(初診)は午前10時から診察します。 ・乳腺外来は月2回木曜日午後、予約してください。
	午後		×(検査)	×(手術)	○	×(手術)	×(手術)	
心臓血管外科	午前		×(手術)	○	×(手術)	○	×(手術)	・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		×(手術)	○再診	×(手術)	■	×(手術)	
整形外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。
	午後		×(検診)	×(手術)	×(検査)	×(手術)	×(手術)	
脳神経外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。 ・水曜日の受付は午前10時30分までです。
	午後		×(手術)	×(検査)	×(手術)	×	×(検査)	
産婦人科	午前		○	○	○	○	○	・予約制のため予約センターで予約してください。 ・母乳についてのご相談は随時受付しています。
	午後		△(手術)	○(検査)	△(手術)	○(検査)	△(手術)	
眼科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。 ・火～金曜日の午後は予約のみです。
	午後		○	○(手術)	○(特殊検査)	○(特殊検査)	○(手術)	
耳鼻咽喉科	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。
	午後		○	○	×(手術)	○	○	
泌尿器科	午前		○	○	○	○	■	・完全予約制のため、新患の方のみ予約センターで予約してください。 ・■=特殊外来
	午後		×(透析)	×(手術)	×(透析)	×(手術)	×(透析)	
皮膚科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。
	午後		×(手術)	○	○	×(手術)	○	
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してください。
	午後		×	×	×	×	×	
麻酔科	午前		×(手術)	×(手術)	×(手術)	×(手術)	不定出張医	・予約センターで予約できます。
	午後	※午後の診療は行っていません						

△=一部診療あり

- ★一部の診療科を除き、予約のない方の診療も行っていますが、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。
- 全ての外来診療科で院外処方を行っています。
- 日帰り人間ドックと脳ドックは火・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14:00からです。
- 保険証を毎月確認しています。なお、変更があったときは必ず窓口へ届け出てください。

小児専門外来一覧表

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、小児科外来へ直接お問い合わせください。			

お願い
<ul style="list-style-type: none"> ・新患の方は、出来るだけ午前中に受診してください。 ・診察券をお持ちの方は、必ずご持参ください。お忘れになった場合は、再発行します。(実費100円)

お願い！電話で予約の場合は、診察券を準備のうえ予約してください。



※予約センター直通電話の受付時間は、平日の13:30~17:00です。
※午前中は予約センターの窓口が大変混雑します。代表電話経由での予約センターへの電話も、午後以降にかけていただきますようご協力をお願いします。

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)

☎01654③0489

名寄市立総合病院に着任しました

整形外科



濱田 修 診療部長

名寄市立総合病院は、地方・地域センター病院の指定を受け、ICU病棟の設置、小児科24時間診療に対応できる救急外来の増設、サテライトクリニックの実施など、市民はもとより、道北地方の住民の皆さんの医療ニーズに応えられるよう基幹病院の役割を果たしています。

平成26年度は、17診療科58人体制で診療業務を行っています。今回、新たに着任した16人の医師を紹介します。

整形外科



林 真 主任医長

糖尿病・代謝内科



竹田 安孝 医長

外科



中島 誠一郎 医長

皮膚科



西 薫 医長

小児科



竹口 諒 医員

外科



葛保 暁生 医員

外科



坂本 沙織 医員

産婦人科



小野 方正 医員

産婦人科



岡本 修平 医員

麻酔科



下岡 真衣 医員

研修医



小林 裕 医師

研修医



中川 敬太 医師

研修医



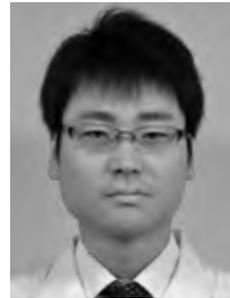
金澤 悠太 医師

研修医



木村 修平 医師

研修医



常田 慧徳 医師

スポーツの力で日本を元気に！

チャレンジデー 2014

5月28日(水) 0:00~21:00

今年の対戦相手は…



たけはら

竹原市



竹原市バンブースポーツクラブ
の Mascot キャラクター
「スポタケ」君

「安芸の小京都」と呼ばれ、町並地区が
2000年に「都市景観100選」に選定

●人口 28,186人

●昨年参加率 48.2%

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。

今年こそは負けられない！参加目標20,000人（参加率65%）

② 昨年度の対戦結果は

名寄市 60.4% (18,086人)

香川県多度津町 60.7% (14,566人)

0.3%差で惜敗！

② これまでの成績は

通算成績 10勝10敗

2011年 ○勝 VS 沖縄県読谷村 (名寄市参加率60.4%)

2012年 ●負 VS 岡山県赤磐市 (名寄市参加率60.7%)

2013年 ●負 VS 香川県多度津町 (名寄市参加率60.4%)

CHALLENGEDAY 各種イベント CHALLENGEDAY

朝のラジオ体操会 6:20~

名寄小・南小・西小・東小・豊西小・中名寄小・智恵
文中・風連下多寄小・風連中央小・東風連小・日進コ
ミュニティセンター・風連中・保健センターの各グラ
ウンドで開催します。（雨天時は体育館で開催）

※参加賞を用意しています。

178.8 Airてっし 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・中学校の部

18:30~ 北鼓童なよろ演舞、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16日(金)

【申し込み・問い合わせ】

市民文化センター ☎01654②2218

各種スポーツイベント

●パークゴルフ大会

8:00~ なよろ健康の森PG場（名寄市日進）

9:00~ 風連東地区運動広場（風連町新生町）、
天塩川さざなみ公園PG場（風連町
瑞生橋）

●グラウンドゴルフ大会

9:30~ 天塩川緑地内GG場（名寄市曙橋下）

●ゲートボール大会

8:30~
スポーツセンターゲートボール場

●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



当日は市内の体育施設を
無料開放！

詳しくは各施設へお問い合わせください。
※左ページ参照



チャレンジデー集計本部

☎01654③2111

15分以上
の運動を！

※報告は当日の21:30まで受け付け

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。



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(木)	
市営球場	5月1日(木)	
B & G海洋センタープール	5月24日(土) 予定	水曜午前中休館
南水泳プール	5月15日(木) 予定	金曜午前中休館
智恵文水泳プール	6月15日(日) 予定	
ピヤシリシャンツェ	【夏季】6月1日(日) 予定 【冬季】12月1日(月) 予定	

【問い合わせ】名寄市体育協会 ☎01654③6627

風連地区

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(木)	今年度から全コース開放、無料
風連テニスコート	5月1日(木)	風連B&G窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(木)	事前申込が必要
風連B & G海洋センタープール	5月25日(日)	月曜休館

【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

なよろ健康の森パークゴルフ場の定休日(整備日)が変わります

今年度から、なよろ健康の森パークゴルフ場の定休日(整備日)を次のとおり変更します。
 なお、利用時間はこれまで通りで変わりません。
 ご利用の際は、ご確認ください。

コース		あかげら	えんれい
定休日(整備日)	旧	毎週月曜	毎週火曜
	新	毎週木曜	
利用時間		午前8時から日没まで 5月中旬～9月中旬までの土日 祝日は、午前6時～日没まで	

【問い合わせ】
 なよろ健康の森 管理棟(名寄振興公社)
 ☎01654②5003

風連地区の体育施設が月曜の祝日に利用できます

月曜が休館日の風連地区体育施設は、月曜が祝日または休日の場合、通常の開館時間から17時まで開館しています。ぜひご利用ください。

【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

「ふうれん望湖台自然公園パークゴルフ場」休止のお知らせ

利用者が著しく減少しているため、今年度の5月～10月の期間に開設していたふうれん望湖台自然公園パークゴルフ場の利用を休止します。

【問い合わせ】
 営業戦略室営業戦略課(名寄庁舎3階)
 ☎01654③2111(内線3343)

北海道日本ハムファイターズ 観戦ツアー参加者募集

VS 福岡ソフトバンクホークス

札幌ドーム
指定席ペア **50組100人**

「北海道179市町村応援大使」の企画により、ファイターズ応援観戦ツアーの招待が決定しました。ツアーの参加料は無料(移動、観戦、昼食分の費用)ですので皆さまの応募をお待ちしています。



2014名寄市応援大使

いなば あつひり
稲葉 篤紀選手
[内野手]
背番号41

むらた かずや
村田 和哉選手
[外野手]
背番号51

★と き **7月12日(土)** ※15時試合開始

★応募資格 市内にお住まいで、住民登録がある方

★応募方法 往復はがきに必要事項を明記のうえ、2人1組で応募してください。

※中学生以下は保護者同伴、高校生は保護者の同意が必要です。

※応募は1人1回までです。

※4歳未満のお子さんは、座席を使用しない場合、同行者の記入は不要です。

(座席を使用する場合は、同行者として記入してください。)

【記入例】

郵便往復はがき 〒096-8686 52 往復	ここに何も記入 しないでください。 (返信用)
名寄市大通南1丁目 1番地 名寄市役所総務部 企画課広報推進係	

郵便往復はがき 〒000-0000 52 返信	日本ハムファイターズ 観戦ツアー 応募
名寄市〇〇〇〇〇 〇〇-〇〇 〇〇〇〇行 ↑ 応募される方の住所と 氏名をお書きください。	住所 _____ 氏名 _____ 生年月日 _____ 電話番号 _____ 同行者氏名 _____ 生年月日 _____

★応募締切 **6月6日(金)** 当日消印有効

★参加の確定 応募多数の場合は、厳正な抽選を行い、結果を返信用はがきで6月中旬頃にお知らせします。

★その他 応援ツアーは、日帰りで大型バスを利用します。詳しい日程は当選者に改めて通知します。宿泊する場合は、宿泊代と復路の交通費は自己負担になります。また当日は、球団からお弁当が用意されます。

★問い合わせ 企画課広報推進係(名寄庁舎3階) ☎01654③2111 (内線3307)

出前トーク を利用しよう!

暮らしの中で「難しい仕組みや制度がわからない」ということはありませんか。
そんなときは「出前トーク」で詳しく聞いてみましょう。

5人以上で利用できます

市内の町内会やサークル、仲間など5人以上で利用できます。なお、政治・宗教・営利を目的とした開催や公益を害し、善良な風俗を乱す恐れがあるときには利用できませんのでご理解ください。

日時を決めます

基本的に平日の午前10時から午後9時までの開催となります。担当者の業務の都合がありますので第2希望まで決めてください。(次のメニューは休日可能 **21 36**)

※メニューにより実施できない時期もあります。

会場を用意します

会場は人数・内容に応じて申込者側でご用意ください。

注文します

窓口または電話で、出前トーク希望日の2週間前までに日時と会場を決め、お申し込みください。(次のメニューは1カ月前までに申し込み **7 11 12 23 34 36**)

打ち合わせをします

担当課から代表の方に連絡します。日程や講座内容について最終調整を行います。

メニューは37種類!

- 1 まちづくりはみんなの手から
- 2 名寄市の街並みを考えよう
- 3 名寄市の台所事情
- 4 私もできます「公開請求」
- 5 くらしを守る上・下水道
- 6 広げよう救急の輪
- 7 みんなで救命措置法を学ぼう
- 8 わがまち・みんなの防災
- 9 わが家の防火
- 10 ごみ処理とリサイクル
- 11 くらしと市税
- 12 名寄市の除排雪
- 13 交通事故から身を守ろう
- 14 悪質な販売方法から身を守るには
- 15 高齢者の医療負担は?
- 16 よくわかる国民年金
- 17 名寄ひまわり子育てプラン
- 18 地域を結ぶ交通
- 19 みんなで防ごう高齢者虐待

基本自治条例と総合計画の関係から身近な市の業務と総合計画のつながりを知ります。

押すだけの心肺蘇生トレーニングボックス「あっぱくん」で胸骨圧迫とAED操作を学びます。

くらしの中の市税の役わりや市税のしくみなどを説明します。

国民健康保険および後期高齢医療保険の保険料や医療制度の内容を簡単に説明します。

- 20 介護保険をもっと詳しく
- 21 高齢者福祉とは
- 22 いつまでも元気はつらつ
- 23 認知症サポーター養成講座
- 24 もっと身近に成年後見制度
- 25 できていますか?生活習慣病と健康管理
- 26 健康が一番 特定健診を受けましょう
- 27 名寄の農業・農村
- 28 地産地消を推進しよう
- 29 パワーアップ商工業
- 30 観光と情報発信
- 31 地域と学校
- 32 青少年センターの役わり
- 33 図書館の上手な利用法
- 34 知っている?「市立天文台」
- 35 北国博物館100%活用法
- 36 ニューススポーツ体験
- 37 男女共同参画社会をめざして

高齢者の日常生活を支援するサービス(配食サービス、命のカプセルなど)の説明をします。

保健師が健診を受けること・健康であることの大切さを説明します。

天文台や星空の説明のほか、移動天文車「ポラリス2号」を使って移動観望会ができます。※天文車については要相談

キンボール、カローリングなどのニュースポーツをスポーツ推進委員が教えます。

注文・問い合わせ

メニュー以外の内容や場所の確保にお困りの場合、またメニューについて詳しくはご連絡ください。
企画課広報推進係(名寄庁舎3階) ☎0165432111(内線3307)

市民の皆さんの
意見を反映する
パブリック
コメント

「名寄市企業立地促進条例の一部改正(案)」に対する市民意見を募集します

市では、市民参加のまちづくりを推進するため、「名寄市パブリック・コメント手続条例」に基づき、次のとおり改正案を公表しています。ご意見をお寄せください。

政策案の概要

これまで市では、「名寄市企業立地促進条例」を制定し、市内の経済発展と雇用機会の拡大を図るため、市内に工場等を新設する方などにに対し助成を行ってきました。しかし、近年では市に進出する企業は少なく、企業立地が進んでいない状況です。

また、他市と比較すると対象となる施設に優位性がないなどの課題が生じています。

このような状況を踏まえ、今後とも北海道と連携しながら地域の特性を活かした企業立地を促進し、地域経済の活性化を図るため、同条例を改正するものです。

公表の方法

①名寄市ホームページでの閲覧

URL www.city.nayoro.lg.jp/
トップページ↓各種情報↓パブリック・コメント

②指定場所での閲覧

市役所（名寄・風連庁舎、智恵文支所）、図書館（名寄本館・風連分館）、北国博物館、市立大学の情報公開コーナー、市民文化センター、ふうれん地域交流センターおよび駅前交流プラザ「よろーな」

意見の提出

●提出方法 指定場所に備え付けの「意見提出用紙」に住所、氏名を明記し、持参またはファックス・郵送・電子メールで提出。

※「意見提出用紙」は市ホームページからもダウンロードできます。

●提出期限 5月19日(月)

●提出先

〒096-8686

名寄市大通南1丁目1番地

名寄市役所（名寄庁舎3階）

経済部営業戦略室営業戦略課

Fax 01654②4614

✉ ny-public@city.nayoro.lg.jp

担当

経済部営業戦略室営業戦略課

（名寄庁舎3階）

☎ 01654③2111

（内線3346）

お知らせします2つの給付金

申請受付は6月以降です。（平成26年1月1日現在の住民登録地で申請）

臨時福祉給付金

臨時的な給付措置として実施。所得の低い方の負担を緩和します。

子育て世帯臨時特例給付金

臨時的な給付措置として実施。子育て世帯の負担を緩和します。



※受け取ることができるのは、どちらか1つの給付金です。

受付開始日時期および受付期間など、詳細については決まり次第お知らせします。

担当 ☎ 01654③2111

【臨時福祉給付金】

社会福祉課（内線3270）

【子育て世帯臨時福祉給付金】

子ども未来課（内線3240）

※どちらも名寄庁舎2階

「社会保障と税の一体改革」とは

社会保障制度を財政的にも仕組み的にも安定させることで、誰もが安心して利用できるようにするための改革です。

●4月から消費税率は8%になりました。

●引上げ分は、すべて子育て、医療・介護、年金を充実・安定化するために使います。

この消費税率の引き上げによる消費の反動減を緩和して景気の下振れリスクに対応するとともに、その後の経済成長力の底上げと好循環の実現をはかり持続的な経済成長につなげるため、「経済政策パッケージ」を決定しました。その一環として2つの給付金を支給します。



※掲載している外観や舞台の写真は実物ではなく、完成イメージです。

現在、市では(仮称)市民ホールの平成27年2月末完成、同年5月中旬オープンを目指して市民文化センター西側(西13南4)に建設工事を進めています。

市民会館の代替施設として、また舞台芸術の観賞や、市民の発表の場を提供するほか、完成後は文化センターと一体的に活用して、地域とともにつくる個性豊かな施設になるよう整備を進めています。

この施設が新たなコミュニティやにぎわいを創出する場、また芸術文化の拠点として市民や利用する皆さまに親しまれるよう愛称を募集しています。多くの応募をお待ちしています。



なお、今回募集する愛称は施設全体ではなく、大ホールの部分を対象としています。

応募資格 市内に在住または市内に通学・勤務している方

応募締切 5月20日(火)

※詳しくはお問い合わせまたはホームページをご覧ください。

応募・問い合わせ

(仮称)市民ホール開設準備室

ホール愛称担当

(市民文化センター内)

TEL 01654②2218
FAX 01654②2356

施設概要

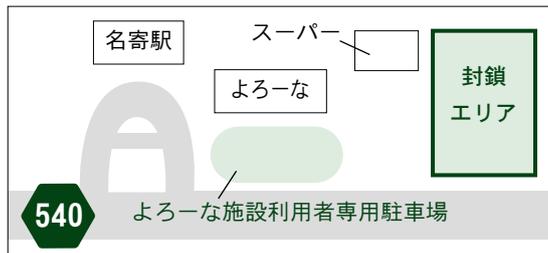
- 新築本体
鉄筋鉄骨コンクリート造一部鉄骨造
地上4階建て 延べ床面積4,214.36㎡
- 渡り廊下
鉄骨造2階 延べ床面積145.83㎡
- 大ホール
固定席647席(車椅子席含む)
客席584.64㎡
舞台417.54㎡
(舞台開口部 間口約16m、高さ約8m)

駅前交流プラザ「よろーな」の駐車場封鎖について

6月1日に開催されるかみかわ「まるごと食べに」よろーなフェスタ～アスパラまつり～の特設会場として使用するため、準備も含めて次の期間駐車場が使用できなくなります。また、イベント当日は来場者用に南広場を特設駐車場として開放します。

■封鎖期間 5月30日(金) 15:00～
6月1日(日) 18:00

■問い合わせ 営業戦略課(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3344)
なよろ観光まちづくり協会 ☎01654⑨6711



名寄市立大学の窓から知への誘い

「地域と大学の相互的活用モデルの創出」 ―地域と大学が共に発展する意義とそれを促進する条件(2)―

vol.17

保健福祉学部 社会福祉学科 教授 瀬戸口 裕二

都市への転入動機は、様々です。就職や結婚などもあるでしょう。親族との関係を考慮したUターンや、再度故郷へ就業を選択する動機もあります。定期異動に伴った、特に地域を選んだわけではないような動機もあるでしょう。人口増を図るためには、ここに「住みよさ」が加わり、名寄市を選んで転入してくるような動機が加わることが望ましいということになります。それが「住みたいまち」なのではないでしょうか。住民に「住みよさ」を実感し、そのことを地域以外に発信されたときに、はじめて「住みよさ」が「住みたい」に変わるのかもしれない。

地域外の人々が、積極的な転入動機を持つこと、一時的な転入者が、後になって、ふたたびこの地域に帰ってくる要因となる「住みよさ」とは、何なのだろうか。

名寄市の小中学校では、年度末に、転勤予定の子どもの数を把握することが、次年度の学級数を決める重要な情報となります。そのことは、自衛隊を中心とした定期異動による転入者が、学級数決定に大きな影響を及ぼすほど大きな数に上っているということと、異動者の中心が子育て世代であるということを示しています。転入転出率が、道内で二位か三位（札幌市、千歳市など）にあたる名寄市において、この数値は同じ位の人口の都市に比して、かなり大きなものです。このような転入者の現在のニーズと将来のニーズを形成するものが、「住みたい」という要素となると考えます。

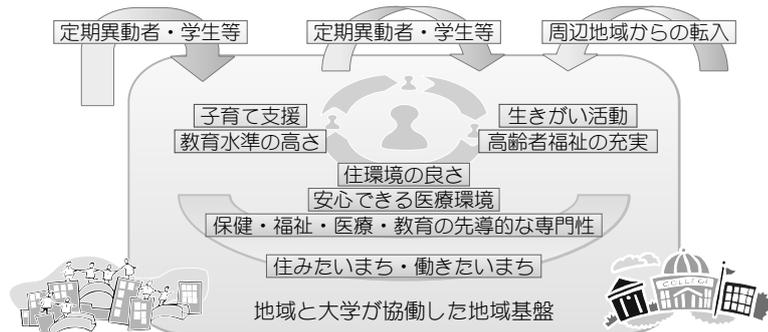
来は、「住環境」「高齢者福祉」「生きがい活動」などのニーズを持つようになっていきます。そして、すべてにおいて一貫したニーズが「医療環境」ということになってきます。

これらの要素を実感したときに、子育ての時期に名寄市を選択して積極的に異動してくる人材が、後にまた選択して居住するような、「住みたいまち」の好循環が得られるのかもしれない。

名寄市立大学は、保健福祉と児童期・学齢期の教育を担っていく大学として、将来の地域貢献に込められる学部再編を進めています。地域と大学が一体となって、子育てや教育の水準と質を高め、安心して子育てできるまちをつくることで、積極的な転入動機を形成できると私は考えています。また、同じように安心できる医療や充実した福祉に基づいた暮らしを構築してい

くことで、もう一度、帰ってくる住民のまちづくりが可能になると考えています。学生が、そのようなまちで学び、働きたいと思っしてほしいと考えています。人口が3万人弱の自治体が公立大学を持ち、市民と行政と学生がまちの活性化に取り組んでいるまち、それが名寄市であると期待しています。

地域と大学が共に発展する地域モデル



図書館的話題・展示

図書館では時節に応じて、あるいは特別な行事などに合わせて企画展示を行っています。これまでも新学期には、「大学生、学びの一步」「ひとり暮らし応援フェア」といった展示をしてきました。

今年4月には、本学の教員がどんな分野を研究しているのかわかる「本学教員図書コレクション」を本館で展示しました。

分館では「ケアをひらく」と題して、医学書院刊行の『シリーズ・ケアをひらく』全作品をそろえて展示しています。「ケアの未来をひらく」大学として、ケアとは何かを知るための展示を5月半ばまで行っていますので、市民の皆さまも、どうぞご覧ください。貸し出しも行って

大学図書館にはこんな図書があります

～まちづくり・地域と大学に関する図書～
『学生「まちづくり」の奇跡 国立発！一橋大生のコミュニティビジネス』
菱沼勇介/編（学文社）

『地方公立大学の未来』
高崎経済大学附属産業研究所/編（日本経済評論社）
『生涯学習「地縁」コミュニティの創造 学びを通じた人の絆が新しい地域・社会をつくる』
瀬沼克彰（日本地域社会研究所）

●詳しい利用案内は本学図書館のホームページをご覧ください。（大学ホームページ＞附属機関＞図書館）

●問い合わせ：本館 ☎01654②4199[内線3114]
分館 ☎01654②4199[内線2200]



わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

風連トランポリン協会

多世代・多目的に
わたり活動しています



- 活動日時
火曜 19:00~21:00
金曜 18:30~21:00
土曜 9:00~12:00
- 活動場所
風連農村環境改善センター
- 会費
年額 5,500円
- 連絡先
山崎 真由美さん
☎01655⑦2022

風連トランポリン協会は昭和60年に行われたトランポリン指導者養成講習会の参加者を中心として結成した「風連トランポリン愛好会」がはじまりです。当時は大人だけの活動でしたが、会員の家族を中心に徐々に子ども達も参加するようになりました。

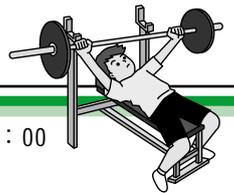
平成9年に現在の名称に改めたころには、各種大会へ出場するようになり、平成10年に初めて「全日本ジュニアトランポリン競技選手権大会」に4人の選手が出場。その後、北海道大会や全国大会への出場も常連になりました。また、昨年度は、道北地区大会でチーム対抗戦・団体戦・シヤトル競技の3部門全て優勝する快挙も成し遂げました。

会員は、大会で優勝を目指す方から、健康の保持増進を目標にしている方、調整力トレーニングを狙う小さいお子さんなど、多世代・多目的にわたり活動しています。

近年スポーツ界は空中戦へと広がりを見せています。気軽にのぞいてみてください。

名寄パワーリフティング協会

目的に沿ったトレーニングを
アドバイスします



- 活動日時 月・木曜 18:00~19:00
- 活動場所 スポーツセンター
- 会費 年額 3,000円
- 連絡先 広瀬 正治さん ☎090-6262-8565
武田 佳和さん ☎080-1881-5172



名寄パワーリフティング協会は、市内の筋力トレーニングの愛好家が集まり設立しました。

スクワット、ベンチプレス、デッドリフトの3種目で挙上重量を競う競技種目のトレーニングを中心に、大会出場、ダイエット、健康管理など各自の目的に沿ったトレーニングを行い、懇親会などの交流活動も行っています。

活動は、スポーツセンターで自主的に行っていますが、月曜と木曜には会員が集まり、お互いにアドバイスや補助をしています。入会希望では無くても、器具の使い方、フォームなど疑問がありましたら気軽に声をかけてください。

経験、年齢、筋力アップ、体型を変えたい、筋トレ好きなど条件を問わず会員を募集しています。筋力トレーニングと聞くと、運動する人のためと思われがちですが、加齢による筋力低下での自立生活困難状態になることへの防止に効果的で、90歳以上の方でも筋力が向上します。

会員には、60代でベンチプレスを100kg以上挙上する方や、トレーニングは程々でも懇親会には必ず顔を出す方などが在籍し、楽しくトレーニングをしています。

これから薄着の季節を迎える前にトレーニングを始めてみませんか。

サークル紹介は市生涯学習課発行のサークル便利帳に掲載している団体を紹介しています。

各施設の一覧

- 公民館**
- 1 市民文化センター(西13南4)
☎ 01654②2218
FAX 01654②2356
開館 8時～22時
休館 月末・年末年始
 - 2 風連公民館(風連町本町63 ふうれん地域交流センター内)
☎ 01655③2620
FAX 01655③2321
- 図書館**
- 3 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
土・日 9時30分～16時
休館 月・月末・祝・年末年始
 - 4 図書館風連分館(風連町南町84)
☎・FAX 01655③2871
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
- 博物館**
- 5 北国博物館(緑丘222)
☎・FAX 01654③2575
ny-kitahaku@city.nayoro.lg.jp
開館 9時～17時
休館 月・年末年始
 - 6 風連歴史民俗資料館(風連町南町85)
※見学は北国博物館へ連絡
- 天文台**
- 7 なよろ市立天文台「きたすばる」
(字日進157 道立サンピラーパーク星見の丘)
☎ 01654②3956
FAX 01654②0267
kitasubaru@nayoro-star.jp
HP http://www.nayoro-star.jp
開館 火～日・祝 13時～21時30分
(21時までに入館)
- 児童センター**
- 8 児童センター【ほっと21】(西11条北2)
☎・FAX 01654③3465

公民館 1



市民講座「なよろ入門」に参加しませんか

名寄の自然、施設、福祉など名寄について広く学びます。

※道民カレッジ連携

●とき 5月22日(木)～平成27年3月5日(木)【全13回】10時～12時(多少、変動あり)

●ところ 市民文化センターほか

●定員 30人

●申込期限 5月16日(金)まで
※詳しくはお問い合わせください。



博物館 5



企画展(無料)

【野外植物展】

植物を素材にした写真、造形などで地域の自然の魅力を伝えます。

●とき 5月18日(日)まで

●ところ ギャラリーホール

●主催 なよろ野の花の会(上野紘一会長)

【岡田成治写真展

「桜と春の花たち」

写真家の岡田成治さん(土別市朝日町在住)が、1カ月半の間、桜前線を追いかけて撮影した写真を中心に30点を展示します。

京都から北海道まで、さまざま桜の名所の美しい春の風景をお楽しみください。

●とき 5月23日(金)～6月15日(日)

●ところ ギャラリーホール

体験講座 「小鳥笛を作ろう」



▲小鳥笛

竹のパーツをボンドで組み立てて、笛を作ります。出来た笛で小鳥の鳴き声や簡単な曲を演奏してみましょ。

●とき 6月7日(土) 10時～12時

●ところ 北国博物館講堂

●講師 長谷川定雄さん(北国博物館サポーター)

●対象 一般市民(小学3年生以下は保護者同伴)

●定員 20人

●費用 500円

●申し込み 5月7日(水)～27日(火)に北国博物館へ

博物館から新しい刊行物

北国博物館窓口で販売しています。送付希望の場合はご連絡ください。

●北国ブックレット

「名寄地方のきのこ」

A5判50ページ(500円)

地域で見られるキノコ132種を写真と特徴などで紹介。食べられるキノコと似た毒キノコとの違いを解説しています。



●「北国研究集録第14号」

A4判60ページ(1000円)

「九度山周辺の植物目録」「名寄市周辺の中新世植物化石」「風連地区に残されていたアイヌ木綿衣」など

一輪車教室



●とき 5月17日(土)、5月24日(土) 10時～11時30分

※9時45分集合

●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 なよろこ5月号に掲載の申込用紙に必要事項を記入のうえ、児童センター窓口へ(一輪車のサイズ確認が必要のため、電話での申し込み不可)

●申込期間 5月8日(木)～14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28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

※タイトルなどの下に記載されている番号(1~8)は問い合わせ先です。
詳しくは右ページの「各施設の一覧」をご覧ください。

図書館



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 3

ミニ展示コーナー

「大好き！お母さん」
「台湾を知る」

本の読み聞かせなど

●おはなしクラブ(金曜日)
○とき 5月2日、9日、16日、23日、30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15日 10時30分

○対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日
3日(土)、4日(日)、5日(月)、6日(火)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、31日(土)

風連分館 4

ミニ展示コーナー

「お父さん、お母さんの絵本」

●とき 5月22日(木) 10時30分

●ところ 子育て支援センター「こぐま」

●対象 乳児、幼児、保護者

●内容 絵本の読み聞かせなど

●本の読み聞かせなど
●おはなしタイム(水曜日)
○とき 5月7日、14日、21日、28日 15時

自動車文庫「やまゆり号」5月の巡回日程

《名寄地区》

2・16日(金)	ノブカフふれあい会館前	15:25~15:40
	コデマリ公園前	15:50~16:05
7・21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
8・22日(木)	緑丘第1団地	15:10~15:25
	カピラマがレットガ行道営住宅前	15:35~15:50
9・23日(金)	錦町公園前	15:10~15:25
	栄町公園前	15:35~15:50
	西10南1自衛隊官舎前	16:00~16:20
13・27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

《風連地区》

14日(水)	東風連地区(東風連小学校)	10:15~10:40
	市街地区(野村様宅前)	11:00~11:05
22日(木)	下多寄地区(下多寄小学校)	10:15~10:40
	フロンティアハウス	10:50~11:05

天文台 7



5月の利用案内

●休館日 7日(水)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

●観覧料 大人410円、大学生300円、70才以上および高校生以下無料

※消費税率の変更に伴い、4月から観覧料を変更しました。

●天体観望
【月面が見える期間】
1日(木)~15日(木)、31日(土)

【今月見える惑星】
水星、火星、木星、土星

※晴れている昼間に見えることのできる星もあります。

●1.6メートルピリカ望遠鏡
学・観望

●【見学のみ】
1日(木)~31日(土)

※休館日を除く
開館時間 18時30分頃

【天気良ければ星が見られる日時】
2日(金)~6日(火)、9日(金)~11日(日)

○対象 小学生
●おはなしポケット(金曜日)
○とき 5月9日、16日、23日 10時

○対象 幼児と保護者

5月の休館日
3日(土)、4日(日)、5日(月)、6日(火)、11日(日)、18日(日)、25日(日)、31日(土)

日(日)、16日(金)~18日(日)、23日(金)~25日(日)
18時30分頃~21時30分
※急ぎよ、必要な観測が生じた場合は、見学・観望ができないことがあります。ご了承ください。

●プラネタリウム

時間	プログラム
14:00~	ズーラパトロール~地球をまわれ
16:00~	ドリームトゥフライ
18:00~	ズーラパトロール~地球をまわれ
20:00~	ドリームトゥフライ

ゴールデンウィーク観望会(観覧料のみ)

●とき 5月3日(土)~6日(火) 19時30分~21時30分

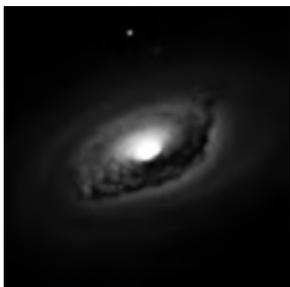
●市民講座(無料)
●タイトル 星ってなあに?

●とき 5月25日(日) 15時~16時

●申込方法 5月23日(金)までに電話、FAX、メールで申し込んでください。

※講座は5月~10月にかけて各月1回の予定で行います。

黒眼銀河



写真は北海道大学所有のピリカ望遠鏡で撮影したM64黒眼銀河です。その名の通り、黒眼のように見えます。
2014年3月24日撮影(撮影者 北海道大学 今井正亮)

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時20分	18時36分	5時37分	20時35分	7日	●上弦
10日	4時07分	18時47分	13時50分	1時36分	15日	○満月
20日	3時56分	18時58分	23時34分	9時26分	21日	●下弦
31日	3時47分	19時08分	5時54分	20時55分	29日	●新月



なよろ健康あるキング参加者大募集

「なよろ健康あるキング」は6～8月の3カ月間、参加者各自でウォーキングを行った歩数を記録・報告し、総歩数を競い合います。

貸し出し用の万歩計もありますので気軽に参加ください。(先着順)



■ながれ



1

申し込む

保健センターへ申し込んで(電話・FAX)「メンバーズカード」を受け取ります。

2

歩く

各自でウォーキングなどを行い、歩数を記録します。



3

報告

毎月上旬に前月の総歩数を保健センターに報告します。



表彰

表彰式

9月27日(土)の「なよろ健康まつり」で上位入賞者の表彰を行います。
※このほかに3カ月継続された方には参加賞を用意しています。

抽選で ダブルチャンス

3カ月間ウォーキングを継続し、表彰式当日に来場された方には抽選で「なよりの豪華特産品」などをプレゼントします。

■実施期間 6月1日(日)～8月31日(日)

■申込期限 5月30日(金) ※ホームページからも応募できます。



献血にご協力ください



5月 2日(金)	10:00～16:00	イオン名寄ショッピングセンター
5月23日(金)	10:00～16:30	名寄市立大学
5月26日(月)	10:00～11:30	名寄市役所(風連庁舎)
	12:50～16:00	道北なよろ農協(風連本所前)
5月27日(火)	10:00～16:00	西條(株)名寄店
5月28日(水)	10:00～16:00	名寄市役所(名寄庁舎)
5月29日(木)	10:00～12:30	名寄河川事務所
	13:50～16:00	北星信用金庫(本店駐車場)
5月30日(金)	10:00～11:30	旭川日産自動車(株)名寄店
	11:50～12:30	名寄郵便局
	13:50～16:00	マックスバリコ名寄店

問い合わせ

社会福祉課福祉総務係(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3222)



申し込み・問い合わせ

保健センター
名寄市西2条北5丁目
☎01654②1486

休日当番医 急患に限ります

5月3日	あかいし内科医院 ☎01654③7177
4日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101
5日	三愛病院 ☎01654③3911
6日	たに内科クリニック ☎01654③1223
11日	あべクリニック ☎01654⑨7011
18日	片平外科・脳神経外科 ☎01654③3375
25日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101
6月1日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101 なよろ眼科 ☎01654③0746
8日	吉田病院 ☎01654③3381



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

1日(木)	のびのび親子教室
9日(金)	親子ふれあいひろば
14日(水)	もぐもぐ離乳食教室
19日(月)	股関節脱臼検診 風連幼児健診
20日(火)	4カ月児健診
22日(木)	3歳児健診
23日(金)	親子ふれあいひろば
27日(火)	7カ月児健診・BCG
28日(水)	赤ちゃん計測日
29日(木)	ちびっこひろば①

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

子育て支援センターの主な行事

名寄市子育て支援センター合同

●「親子お出かけバスツアー」

- とき 6月13日(金)
- 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 市内各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。
- 申込締切 5月30日(金)



●「青空保育」

- とき 6月19日(木) 10:00~11:30
- ところ 福祉センター(雨天時:福祉センター内)
- 内容 大型紙芝居やポケットシアター、手遊びなど親子で遊びます。保育所の栄養士も同行し、食育相談・アレルギー相談等も受け付けます。

※事前申込なし。当日現地にお越しください。

「さくらんぼ」

(東保育所内 ☎01654②5683)

5・6月の行事

- 6月までの開催場所は次のとおりです
 - 月曜日 駅前交流プラザ「よーな」
 - 水曜日 東保育所(ぴよぴよランド)
 - 火・木・金曜日 ほっと21(児童センター)
- ※急きょ場所が変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。



●人形劇鑑賞「ポケットママ」

- とき 5月13日(火) 11:00~11:30
- ところ ほっと21

※事前申込なし。当日現地にお越しください。

●親子遊びの広場「身体測定」1回目

- とき 5月27日(火) 10:00~11:30
- ところ ほっと21
- 内容 身長・体重を測って手形を取ります。

※事前申込なし。当日現地にお越しください。

※ぴよぴよランドの方は28日(水)に行います。

●親子遊びの広場「運動会に参加」

- とき 6月21日(土) 9:30~ ※10分程度
- ところ 東保育所庭
- 内容 親子で保育所の運動会に参加して、かけっこや体操をしましょう。
- 申込締切 6月10日(火)まで

●親子遊びの広場「シャボン玉遊び」

- とき 6月24日(火) 10:00~11:30
- ところ ほっと21グラウンド

※事前申込なし。当日現地にお越しください。

「ちゅうりっぷ」

(名寄大谷認定こども園保育園内 ☎01654⑧7711)

5月の行事

●親子遊びのひろば「カーネーション作り」

- とき 5月8日(木) 9:00~10:30
- ところ 名寄大谷認定こども園保育園2階
- 内容 フラワー紙を使ってカーネーションを作ります。



●親子遊びのひろば「ロックの日」

- とき 5月16日(金)、29日(木) 9:00~10:30
- ところ 名寄大谷認定こども園保育園2階
- 内容 ロッククライミングを出して遊びます。

●のびのびひろば「散歩」

- とき 5月21日(水) 9:00~10:30
 - ところ 名寄大谷認定こども園保育園2階
 - 内容 自由遊び後、園周辺を散歩し、楽しめます。
- ※詳しい内容はお問い合わせください。

「こぐま」

(風連さくら保育園内 ☎01655③2378)

5月の行事

●親子遊びの体験教室「運動あそび」

- とき 5月1日(木) 10:00~11:30
- ところ さくら保育園
- 内容 親子で元気に身体を動かします。



●親子遊びの体験教室「春のおはなし会」

- とき 5月22日(木) 10:00~11:30
- ところ さくら保育園
- 内容 図書館主催による本の読み聞かせです。

がん患者サロン「よりみち茶話会」のご案内

市立総合病院では、がんの患者さん・ご家族の方が、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・そのご家族であればどなたでも参加できます。

- とき 5月29日(木) 13:30~
- ところ 名寄市立総合病院 2階和室
- 内容 緩和ケアって何?
- 申し込み・問い合わせ
市立総合病院 地域医療連携室
☎01654③3101(代)

健康づくり体操教室のお知らせ

- とき 5月22日(木)、28日(水)
9:30~11:15
- ところ 総合福祉センター
- 対象 おおむね60歳以上の方
- 持ち物 上靴
- 内容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術
- 申し込み 当日会場で受け付けます。
- 問い合わせ 高齢介護課高齢福祉係(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3231)

台湾からお便り

2月19～20日に教育旅行(日本でいう修学旅行)で本市を訪れた「桃園縣立平鎮高級中學」の謝錦雲校長からお便りが届きました。

-概要-

平鎮高級中學の生徒は、名寄市の豊かな自然の中で名寄市の高校生とスキー体験、カーリング体験などを通じた交流ができ、忘れがたい素晴らしい思い出をつくることができました。

名寄市の細やかな心遣いと厚いおもてなしに感謝しています。

名寄市を再び教育旅行で訪問したいと思っています。



市としても今回の受け入れは、市内高校生などに国際理解教育や交流の場を提供するとともに、地域資源を活かしたまちづくりの重要性を再認識する機会となりました。

今後も国際化が進む社会のさまざまな分野で活躍できる子どもの育成、交流人口拡大による地域活性化を目指し、台湾との交流事業を推進していきます。

江島さんが全日本選手権で16位タイ

今年2月に名寄市ホワイトマスターを受賞した、江島絵美さんが3月11～16日に長野県白馬八方尾根スキー場で開催された第51回全日本スキー技術選手権大会で16位タイの好成績を収めました。

江島さんは、おとしにシード権を獲得しましたが、去年は獲得できず、今年は予選から勝ち上がり、見事決勝で16位タイの成績を収めました。

今回、来年のシード権を獲得し、今後のさらなる活躍に期待が高まります。



▲江島絵美さん

【大会概要】

3月12～13日 予選…ノーシード120人

3月14日 本選…予選上位60人とシード20人の計80人

3月15～16日 決勝…本選上位30人

(決勝上位20人が来年のシード権獲得)

※同大会は日本スキー連盟が主催する技術大会の最高峰と位置付けられ、グレンデスキーヤーの頂点を決める大会です。



3/24 (月) 新1年生にキーホルダーを寄贈



川原夏子さんと田淵夏子さんが新1年生にと毎日無事に帰宅できることを願った手作りのカエルのキーホルダー260個を寄贈しました。

3/22 (土) ピアノトリオ・ラテライブコンサート



北国博物館で行われ、出演者3人の息の合ったサウンドが響き渡り、1曲目から観客を魅了。演奏のたびに拍手が送られていました。

市ホームページ「フォトでお知らせ」、市公式facebookでもまちの話題をお知らせしています。ぜひご覧ください。

3/30 (日) プラネタリウムコンサート



市立天文台きたすばるで近江利佳さんと浦島雅さんが星にまつわる曲などを披露。来場者は幻想的な雰囲気の中、映像と音楽のコラボレーションを楽しみました。

3/26 (水) 北海道大会で女子チームが優勝



カーリング協会に所属の女子ジュニアチームが、北海道ジュニアカーリング選手権大会(3月20~24日妹背牛町開催)で優勝し、市長に優勝報告をしました。

4/14 (月) 火星観望会



市立天文台きたすばるに訪れた来館者は望遠鏡を覗き火星などを見たほか、職員による天体の説明を熱心に聞いていました。

4/10 (木) 交通安全運動旗の波啓発運動



交通安全運動推進委員会加入54団体、市内各町内会など250人が参加し、安全旗を持ちながら通過するドライバーに安全運転を呼びかけました。

市長・市議会議員の当選

「名寄市長選挙及び名寄市議会議員補欠選挙」が4月6日に告示され、立候補の届出が市長選挙に加藤剛士氏、市議会議員補欠選挙に塩田昌彦氏、高野美枝子氏のみで定数を越えなかったため、加藤氏は2期目。塩田氏と高野氏は初当選が無投票で決定しました。14日には当選証書の付与式が行われ、市選挙管理委員会の佐々木順秀委員長からそれぞれ当選証書を受け取りました。



▲加藤氏



▲塩田氏



▲高野氏



▲4月23日初登庁時の加藤氏

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

本市では現在82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、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を行っています。

多くの皆さまが参加することによって豊かな地域づくりができます。

町内会ではこんな活動をしています



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。

市などからの情報の回覧

広報の配布や町内会へ送られてくる市やその他行政機関からのお知らせ、催しの情報などの回覧や掲示を行っています。



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、町内会長がわからない場合は、町内会連合会事務局までご連絡ください。



町内会は、地域に住む皆さんにとって一番身近な組織です。
まずはお気軽にお問い合わせください。

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）

☎ 01654-2111（内線3311）

共同参画社会の実現をめざして

男女共同参画社会って何？

男女共同参画社会とは、男女がお互いを認め合い、協力し合いながらそれぞれの個性と能力を発揮し、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、その責任をともに持つ社会のことをいいます。

また、その社会の実現のため、男女共同参画社会基本法（平成11年施行）で基本理念として5本の柱を掲げています。

1 男女の人権の尊重

男性も女性もひとりの人間として能力を発揮できる機会を確保する必要があります。

2 社会における制度・慣行の配慮

男女がさまざまな活動ができるように社会の制度や慣行のあり方を考える必要があります。

3 政策などの立案・決定への共同参画

男女が社会の対等なパートナーとして、あらゆる分野において方針の決定に参画できる機会を確保する必要があります。

4 家庭生活の活動とほかの活動の両立

男女が対等な家族の構成員として、互いに協力し、社会の支援も受け、家族としての役割を

5 国際的協調

果たしながら、仕事や学習、地域活動などができるようにする必要があります。

男女共同参画づくりのため、国際社会と共に歩むことも大切です。ほかの国々や国際機関と相互に協力して取り組む必要があります。



（内閣府ホームページより）

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) FAX 01654②5644 ✉ ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

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



士別市

第18回しべつわんぱくフェスティバル

- ・とき 5月25日(日) 10:00~
- ・ところ 士別市総合体育館前駐車場(士別市東4-4)
- ・問い合わせ 中央公民館(士別市市民文化センター内)
☎ 0165(23)3358

北海道で1番早い天塩岳山開き

- ・とき 6月1日(日) 7:00~
- ・ところ 天塩岳(士別市朝日町)
※集合はヒュッテ、無料送迎バスあり
- ・対象 小学生以上の健康な方
- ・定員 100人
- ・参加料 2,000円(傷害保険、記念品など)
- ・問い合わせ 朝日総合支所経済建設課
☎ 0165(28)2121



下川町

『築城28年万里長城祭』

- ・とき 5月18日(日) 11:00~
- ・ところ 桜ヶ丘公園(下川町西町)
- ・問い合わせ NPO法人しもかわ観光協会
☎ 01655④2718

和寒町

三笠山夜桜まつり

- ・とき 5月9日(金) 18:30~
- ・ところ 三笠山ふれあいのもり(研修館「^{にれ}楡」向かい)
- ・問い合わせ 和寒町観光協会
☎ 0165(32)2341

西興部村

木夢ゴールデンウィークイベント

- ・とき 5月3日(土)~5月6日(火) 10:00~
- ・ところ 森の美術館「木夢」(西興部村字西興部276)
- ・内容 木工体験教室(3、5、6日)
山田恵子歌声コンサート(4日)
子ども工作教室(5日)
- ・問い合わせ 森の美術館「木夢」
☎ 0158(87)2600

豚肉のモチモチロール照り焼き

運動会やレジャーのお弁当にも最適な1品

【材料】4人分

もち米……………	1合	にんじん……	1/3本
水……………	2/3カップ	ごま油…………	大さじ1
しょうが…………	10g	酒……………	2/3カップ
白ごま……………	小さじ2	しょうゆ、みりん	
豚口ス薄切り……	8枚		
アスパラ……………	4本		



【作り方】

- ① もち米はとぎ、30分吸水させてからざるにあげ、よく水気をきってから分量の水を加えて炊く。
- ② 炊きあがったら、しょうがのみじん切りと白ごまを加えてさっくりと混ぜ合わせておく。※2
- ③ アスパラは半分に切り、にんじんは拍子木切りにし、それぞれ下ゆでしておく。※3
- ④ 豚肉を広げ、8等分した※2、※3を順にのせて巻く。これを同じ要領で8個作る。※4
- ⑤ フライパンにごま油を熱し、※4を加えて転がしながら焼き、焼き目がついたら酒を加えて蓋をして蒸し焼きにする。仕上げにしょうゆとみりんを加えて味をからめる。

名寄のもち米を使った美味しいレシピ

#7



毎月10日は「名寄もち米の日」

もち米と豚肉でボリュームいっぱいの1品。手軽につまめるので運動会や行楽のお弁当にもぴったりです。

中に巻く野菜は、いんげんやパプリカなどでも代用できます。

レシピ制作：ふるいち つぐみ 範國 有紀(料理研究家)

レシピ協力：ふるいち つぐみ 古都 丞美(名寄市立大学 栄養学科助教)

問い合わせ

名寄市食のモデル地域実行協議会

☎01655③2511(内線309)



No.5

「vielen Dank 9000km離れた国で」 目独スポーツ少年団同時交流報告

フィーレン ダンク…感謝の気持ち

◀ボリュームがあり、
おいしかった料理

風連トランポリン少年団 菊地 美帆

「ドイツでの食生活」



今回は、ドイツで食べた物について報告します。私は食べ物が大好きで、ドイツではどんな物が食べられるのかも、楽しみの一つでした。

私が滞在中にたくさん食べたのは、ジャガイモ、パン、ハム、チーズでした。ジャガイモは、揚げられていたり、茹でられていたり色々な料理の付け合せになって、ほぼ毎日食べていたような気がします。パン、ハム、チーズはセットで、宿泊施設もホームステイ先の家も、毎朝必ず出されていました。ハム、チーズは3~4種類も用意されていたことに驚きました。中には大きな穴の開いたチーズや、パプリカが練りこまれたハムなど、日本では見たことのないものがありました。

滞在中に食べたものは全てとてもボリュームが

あり、大きな肉の塊、魚まるまる一匹、日本でいう大皿で一人前が基本のサラダなど、食べきれないかと思いました。しかし、どの料理も素朴な味付けで食べやすくおいしかったので、どんどん食べる量が増えていきました。

また、お菓子もテニスボールサイズのチョコレートの塊や、顔くらいある高さのパフェを食べたりもしました。

ドイツでの食事は、日本の食事の良さを考えることができた18日間でもありました。

顔くらいある高さのパフェ▶



申 申し込み **問** 問い合わせ

名 名寄庁舎 (☎01654③2111) **風** 風連庁舎 (☎01655③2511)

- 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3者に移転しないこと
 - ③ 一人複数区画の申し込みを認め、同一区間に二人以上の申し込みがあった場合は、抽選とする
 - ④ 性風俗営業および指定暴力団などの事務所の用途に供しないこと
 - ⑤ 市税に滞納のない方
 - ⑥ 支払いは、契約即納金(契約金の10パーセント相当額)と契約時から40日以内に全額を支払う
- ▼申込期間 5月12日(月)～23日(金)
- ▼売却決定日 5月26日(月)

名 問

3階(内線3334)
財政課管財係

NO.	区分	所在	地番	地積	売却価格
1	土地	風連町仲町	56番2	452.71㎡	2,546,000円
2	土地	西11北4	8番70	224.83㎡	2,267,000円
3	土地	西11北4	8番71	285.07㎡	2,875,000円
4	土地	西11北4	8番72	286.66㎡	2,891,000円
5	土地	西5北11	58番22	945.68㎡	5,283,000円
6	土地	西5北11	58番25	952.79㎡	5,036,000円

※抽選の場合は、当日市役所で実施します。

▼売買契約日 5月30日(金)

▼売却物件

上下水道の使用開始・中止の届け出を忘れていませんか

転入・転出や市内転居で、上下水道の使用開始・中止の届け出を忘れている方は届け出をしましょう。

また、地下水をご利用の方(下水道や市管理の浄化槽)も届け出が必要です。

住居人数や使用施設(台所・トイレ・風呂)の変更も忘れずに届け出をお願いします。

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ご希望の方は、市内の各金融機関、ゆうちょ銀行、市役所で手続きをしてください。

風

2階(内線206) 208)

名 問

3階(内線3360) 3363)

株式会社 カンリ

▼上下水道料金徴収および収納・水道メーター検針業務委託先

【風連地区・名寄地区曙、共和、瑞穂、砺波、各水道施設地域】

▼簡易水道料金収納・水道メーター検針業務委託員

長濱 政江、清水ひろえ、佐々木敏子、吉田 千尋、松田ゆかり

▼納業務委託員

松田 友子、夏坂 弘實

▼上下水道料金徴収および収納業務委託員

松田 友子、夏坂 弘實

名寄駐屯地 第26回春のコンサート

♪とき 5月24日(土)

【開場】17:00

【開演】18:00

♪ところ 市民会館(大通北1)

♪問い合わせ 陸上自衛隊名寄駐屯地 ☎01654③2137 (内線203)

入場料 無

夜間納税窓口

とき 5月22日(木) 23日(金) 26日(月)

17:30~19:30

ところ 名寄庁舎2階 税務課納税係

社会保険事務相談窓口

とき 5月13日(火) 10:30~16:00

ところ 名寄商工会議所 完全予約制 ☎0166(72)5004

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。

○ゆずりませ

- 学習机・椅子
- 婦人スーツ (9号入園・入学用)
- 炊飯器(3合炊き)

○ゆずってください

- ジュニアシート
- BSアンテナ
- バステア
- ベビーチェア(バンボ)
- アップライトピアノ
- 産業高校女子用セーター(160か165)
- パイプベットの
- 女性用の着物・帯・反物

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(木)~30日(金) 9:00~17:30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・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、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)

名寄消防署からのお知らせ

【春季消防訓練】

市内に設置されているサイレンを吹鳴し、次の場所での消防訓練を実施します。



なお、訓練で消火栓を使用するため、付近にお住まいの方は水道水が濁る恐れがあります。

また、会場や隣接する道路で混雑・騒音などがあり、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

▼とき 5月18日(日) 10時
▼ところ 障がい者支援施設「名寄丘の上学園」(緑丘9)

【消火栓放水点検】

消火栓の故障確認、漏水の有無確認、清掃のため実施します。作業区域付近では、一時赤水の発生や、水が濁る恐れがあります。

▼とき 5月1日(木)～9月30日(火) 10時～12時、13時～16時

※多少変更の可能性あり
▼実施地域 風連地区を除いた市内各地区

問 名寄消防署

☎01654③3319

二次予防事業の対象者把握事業を実施します

市では、65歳以上の方に、市内を5地区(風連地区、東地区、西地区、南地区、北地区)に分け、それぞれ年次計画で、自分では気づきにくい心身の健康度を確認するための「基本チェックリスト」を送付しています。(要介護認定者および要支援認定者は除く)

年度	地区
H23年度	風連地区
H24年度	東地区
H25年度	西地区
H26年度	南地区
H27年度	北地区

心身の衰えがみられた方(二次予防事業対象者)に対し、健康づくりや心身の機能の維持・増進のためのさまざまな介護予防プログラムを紹介いたします。

今年度は、南地区を対象に実施しています。「基本チェックリスト」が届いた方は、記載した後、返信のご協力をお願いします。

問 地域包括支援センター

2階(内線3262)

木造住宅の耐震診断

【耐震診断補助金交付事業】

建物の耐震診断を実施する方に費用を補助(一件につき3万円を上限)します。

なお、補助を受ける場合の診断は北海道建設部に登録している耐震診断技術者が行わなければならない。

▼対象建築物

次のすべてに該当するもの
①木造住宅の一戸建て、または木造併用住宅(居住部分の床面積が延べ床面積の2分の1以上)であること
②昭和56年5月31日以前に着工した、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建築物であること

③建築基準法その他関係法令に違反していないこと

▼対象者 対象建築物を所有し、現在居住している方で市税滞納のない方

▼募集期間 5月1日(木)～11月28日(金)

先着順に受付。また、今年度予算枠(10件程度)に達した場合募集を終了します。

【無料簡易診断】

お住まいの住宅が地震に対してどの程度被害を受けにく

いかを無料で簡易診断をします。診断は、現地調査を行わず、建設当時の建築確認申請書の図面と居住者の聞き取りから行います。

※6月から耐震改修工事の補助事業(工事費の10パーセント、最大30万円を上限)の受け付けも行う予定です。※いずれも事前に内容を聞き取ります。まずは電話または窓口にお越しください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 建築課指導係

2階(内線226)

点訳初心者講習会

▼とき 5月17日(土) 10時

▼ところ 総合福祉センター2階 視聴覚室(西1南12)

▼受講料 無料

▼締め切り 5月14日(水)

▼持ち物 筆記用具

▼主催 点訳赤十字奉仕団 ※年間を通して随時、申し込みを受け付けています。内容についてもいつでも説明します。

申・問

社会福祉協議会窓口

☎01654③9862

点訳奉仕団事務局(田原)

☎01654②4602

消費生活センター通信

消費生活セミナーのご案内

「成功する幸せ収納」

～そろそろ、いらないモノ探しをやめませんか～

家の中を「きれいに整理整頓が出来ない」「何かを捨てなげや」と日々思い悩んでいませんか。さまよっているモノの帰る場所を作り、大好きなモノに囲まれる生活を実現し、本当に住み心地の良い家にする方法などを教えます。

■とき 5月17日(土)

13:00～15:00

■ところ 駅前交流プラザ「よろーな」

■講師 杉田 明子氏

株式会社ヴァンヴィーノ 代表取締役
一般社団法人日本収納デザイン協会 代表理事

■申し込み 5月16日(金)までに電話またはFAXで氏名と電話番号を連絡。

※託児あり5月14日(水)までに申し込みください。



入場料 無料

申し込み・問い合わせ

消費生活センター ☎・FAX 01654②3575

道営住宅入居者の募集

▼書類配布期間 5月9日(金)まで(日・祝除く)

▼募集受付期間 5月7日(水)～9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、入居適格者は申込書に必要書類を添えて提出していただきます。

また、申込書は、申込窓口で配付しています。

※障がいをお持ちの方は障害者手帳などを持参ください。

▼入居時期 6月中旬に入居

▼入居者の決定 書類審査により決定します。ただし、申し込みが重複した場合は抽選を行います。

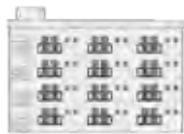
▼家賃 入居者の収入に応じた家賃となります。

【入居抽選会と仮当選者の書類説明会】

▼とき 5月15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



▼募集住宅

団地名	住所	規格	家賃	建築	備考
マーガレットヴィラ B棟	432号 西1南11	2LDK, 59.3㎡, 1戸	19,100～28,500円	H11	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。
 ※募集期間までに空き家が出た場合は、募集住宅に追加する場合がありますので、受け付けの際に確認してください。
 ※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。
 ※シルバーハウジングの空き家が出た場合は、募集住宅に追加する場合がありますので、受け付けの際に確認してください。

O&R名寄建物コンソーシアム(西4南9大野ビル1階)
 ☎01654③3711

無料相談窓口

ところ 駅前交流プラザ「よるーな」2階 名寄市消費生活センター

①消費生活相談 9:15～16:00

とき 月～金曜日

②市民相談 9:15～16:00

とき 月～金曜日

③無料法律相談 11:00～

とき 5月11日(日)

6月1日(日)

※事前予約が必要です

④行政相談 13:00～16:00

とき 5月8日(木)

6月12日(木)

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

① ☎01654②3575

②～⑤ ☎01654③2111(内線3616)

■労働相談 8:45～17:30

とき 月～金曜日

ところ 名寄庁舎3階 営業戦略課労働相談所

☎01654③2111

■人権相談 8:30～16:30

とき 月～金曜日

ところ 旭川地方法務局名寄支局

☎01654②2349

■心配ごと相談(24時間)

とき 月～金曜日

ところ 総合福祉センター

☎01654②3968

■教育相談ハートダイヤル

9:00～17:00

とき 月～金曜日

ところ 児童センター

☎01654③1000

中小企業・小規模事業の経営者の皆さまへ

個人保証なしで金融機関から融資を受けたり、事業が破綻しても一定の生活費などを残すことができるルールができました。

①法人と個人の資産・経理が明確に分離されている場合などにおいて個人保証が不要となること

②多額の個人保証を行っていても、経営が行き詰まる前に、事業再生や廃業を判断した際に一定の生活費などが残ること

これらを定める「経営者保証に関するガイドライン」が策定されました。詳しくはご相談ください。

問 中小企業基盤整備機構 北海道本部 ☎011(210)7471

特設人権心配ごと相談所を開設します

▼とき・ところ ①6月2日(月) 10時～15時 旭川地方法務局名寄支局(西1南11) ②6月2日(月) 10時～15時 風連郵便局内 風の広場

▼相談員 人権擁護委員 ▼相談内容 人権問題、家庭問題、「いじめ」問題をはじめ、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 全係 1階(内線3126)

「い」寄附

ありがとうございます

(順不同・敬称略)

▼新入学児童のために

○田淵 夏子

○川原 夏子

▼社会貢献のために

○横河工務株式会社 (宮本 雄史札幌支店長)

▼交通安全のために

○大道警備保障株式会社 (野田 勲夫代表取締役)

○北国博物館のために

○海基 倅生

○海基 未穂子

▼新入学児童の交通安全防止のために

○一般社団法人旭川地方家用自動車協会 (吉田 裕会長)

▼社会福祉のために

○篠原 ヒサ

日	月	火	水	木	金	土
風連陶芸センター陶芸教室 ■とき 5/8(木)、22(木) 要予約 ①9:00~12:00 ②13:00~16:00 ③18:00~21:00 ■費用 粘土代1Kg200円 ■持ち物 エプロンなど 詳しくはお問い合わせください ■申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743		児童生徒の帰宅時刻のお知らせ 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)		1 ・市立総合病院新館(精神科病棟)オープン	2	3 憲法記念日 ・ゴールデンウィーク観望会(6日まで) 天 ・春季市民バドミントン大会(4日まで) ス
		市民文化センター休館 6月30日(月)まで		大型連休企画「博物館であそぼ。う!!!」 5月6日まで(4、5日はミニエクスプレスとミニ動物園を実施) 北		
4 みどりの日	5 こどもの日 ・GWフェスティバルバスケットボール大会(6日まで) ス	6 振替休日	7	8 ・運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 よ ・教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45 児	9	10 ・風連中開校記念日 ・本の読み聞かせ 13:30~ 児 ・母の日プレゼント作り 13:30~ 児 ・名寄地区会長杯争奪バスケットボール大会(11日まで) ス
11 ・第62回なよろ憲法記念ロードレース 10:00~ハーフスタート 10:30~その他スタート 健	12	 豊西小学校入学式		15 ・運転免許更新時講習会 初回14:00 一般17:30 よ	16	17 ・一輪車教室 10:00~11:30 児 ・本の読み聞かせと工作 13:30~ 児 ・会長杯高校選手権卓球大会 ス
18 ・第11回すまカップソフトバレーボール大会 ス	19 ・運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00 よ			20 ・名寄中開校記念日	21	22 ・夜間納税窓口 17:30~19:30 名寄庁舎2階税務課 ・教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45 児
25	26 ・夜間納税窓口 17:30~19:30 名寄庁舎2階税務課	27	28 ・チャレンジデー	29	30 ・「広報なよろ」6月号配布予定日	31 中学体育祭(名寄中、名寄東中、風連中) ・第59回協会結成兼道新スポーツバレーボール大会 ス ・本の読み聞かせ 13:30~ 児
かみかわ「まるごと食べに」よろーなフェスタ~アスパラまつり~ ■とき 6月1日(日) ■ところ 駅前交流プラザ「よろーな」						

文…市民文化センター ス…スポーツセンター 北…北国博物館 児…児童センター よ…駅前交流プラザ「よろーな」 天…天文台
ふ…ふうれん地域交流センター 健…なよろ健康の森

広報誌は保存しておきましょう



ひとのうごき 平成26年3月末日現在

- 人口 29,173人(-301) ●世帯数 14,281世帯(-133)
- 男 14,161人(-133) ●女 15,012人(-168)
- 外国人登録者 64人(-1) ※ () は前月末比



Air Teshu で市からのお知らせ放送中

市からのお知らせ、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~

※防災時には災害・緊急情報をお知らせします

★ 今月の表紙 ★

豊西小学校入学式

新入生30人は少し緊張した面持ちで在校生や保護者などの拍手の中、入学式を迎え楽しい小学校生活をスタートさせました。在校生全員が元気に校歌を歌って歓迎し、新1年生の紹介では、担任の先生に自分の名前を呼ばれると元気に手をあげて「はい」と返事をしました。

(4月7日撮影)