

# なよろ

5

May 2015  
No.110

新たな芸術文化の拠点

EN - RAYホール .....2-3



新しい副市長を紹介します .....4

チャレンジデー2015 .....6

年に一度特定健診を受けましょう ...8-9

# なよろ

平成27年5月号(No.110)



表紙 ..... 1

もくじ ..... 2

新たな芸術文化の拠点  
E N - R A Y ホール ..... 2 - 3

新しい副市長を紹介します ..... 4

町内会に加入しましょう ..... 5

チャレンジデー2015 ..... 6

体育施設オープン情報、  
ひまわりの種を無料配布します ..... 7

年に一度  
特定健診を受けましょう ..... 8 - 9

市立総合病院からのお知らせ ..... 10 - 11

民生委員児童委員の紹介 ..... 12 - 13

安全な登山、  
山菜採りを心がけましょう ..... 14

知っていますか？  
自治基本条例 ..... 15

名寄市立大学の窓から  
～知への誘い～ ..... 16

サークル紹介 ..... 17

まなびの部屋 ..... 18 - 19

健康ガイド ..... 20 - 21

男女共同参画社会、  
天塩川だより ..... 22

もっと！もち米プロジェクト ..... 23

フォトでお知らせ - 広報版 - ..... 24

暮らしのお知らせ ..... 25 - 29

裏表紙 ..... 30

## 新たな芸術文化の拠点。 E N - R A Y ホール

特集



### 5月9日に いよいよオープン

5月9日(土)に市民文化センターの西館、大ホール(E<sub>EN</sub>・RAY<sub>レイ</sub>ホール)部分がオープンします。(一般貸館は7月1日から開始)

正面入口から入ってすぐの広々としたロビーや多世代交流スペースには、E N・RAYホールの由来、そして市の花「オオバナノエンレイソウ」をモチーフにしたテーブルなどが設置され、多くの来館者がくつろげる空間になっています。また、ホール内は客席からステージまで木材の反響版が使用され、まるで森の中にいるようなつくり。そして濃い青色の天井には星のようにライトを配置し、星空をイメージするなど名寄らしさを出しています。

多くの人々が親しめるような空間になっており、今後の本市や道北地域の芸術文化振興の拠点として期待されます。





5/17 名寄の第九

EN-RAYホール開館を記念して北海道交響楽団などを招き、市民合唱団で第九を歌います。

- とき  
5月17日(日) 開場13:00、開演14:00
- チケット金額  
前売り券1,000円、当日券1,500円

※全席自由  
※未就学児の入場不可(親子観覧室・託児有り。  
5月14日までに事前に申し込む)

- チケット取り扱い  
EN-RAYホールチケットセンター  
吉田病院  
TSUTAYA名寄店  
西條名寄店サービスカウンター  
なよろ観光まちづくり協会 など

6/5 北の星座音楽祭「札幌交響楽団・小山実稚恵 特別演奏会」

EN-RAYホール開館を記念して実施。

- とき  
6月5日(金) 開場18:30、開演19:00
- チケット金額  
SS席6,000円、S席5,000円、A席4,000円、  
B席2,500円(小・中・高校生1,000円)、  
車イス席2,500円

- チケット取り扱い  
EN-RAYホールチケットセンター  
市役所(名寄庁舎・風連庁舎)  
TSUTAYA名寄店  
なよろ観光まちづくり協会 など

7/11 山下洋輔ジャズコンサート  
in Nayoro

杉並区友好交流記念/風連町・名寄市合併10周年記念/EN-RAYホール開館記念事業

- とき  
7月11日(土) 開場18:00、開演18:30
- チケット金額(5月9日発売開始)  
一般2,500円、小・中・高校生1,500円

- ※全席自由  
※前売り券の金額(当日券は500円増)
- チケット取り扱い  
EN-RAYホールチケットセンター など



ホールの概要

- 固定席647席(車イス席4席、補助席4席含む)
- 客席面積584.64平方メートル
- 舞台面積417.54平方メートル
- 舞台開口部「間口約16メートル」「高さ約8メートル」「奥行12.5メートル」

市民見学会を開催します

開館後、改めて施設を紹介いたします。見学会はホールだけでなく、ステージの裏側まで紹介。EN-RAYホールを詳しく知りましょう。

- とき  
5月19日(火) 14時50分市役所名寄庁舎集合(バスで移動)、15時市民文化センター到着・見学開始、16時見学終了、16時10分市役所名寄庁舎解散予定
- ※現地集合も可能。(14時55分西館ロビー集合)
- 定員  
30人程度(先着)
- 申込期間  
5月1日(金)〜15日(金)
- 申し込み・問い合わせ  
企画課広報推進係(名寄庁舎3階)

☎01654③2111  
(内線3307)



# 新しい副市長を 紹介します

名寄市副市長は、名寄庁舎と風連庁舎に配置していますが、3月31日をもって名寄庁舎担当副市長佐々木雅之氏が退任されました。

それに伴い、平成27年第1回名寄市議会定例会（3月20日）において橋本正道氏が選任され、平成27年4月1日付で名寄庁舎担当副市長に就任しました。

## 名寄庁舎担当副市長

### 橋本 正道（50歳）



#### 略歴

昭和39年9月4日	名寄市で生まれる
昭和58年3月	名寄高等学校卒業
昭和63年3月	弘前大学（青森県）卒業
昭和63年4月	名寄市役所就職 総務部財政課財政係
平成4年4月	教育委員会 教育部学務課管理係
平成8年4月	経済部農務課農政係
平成13年4月	建設部建築課住宅係
平成18年3月	大学設置準備室参事付兼ねて大学開学準備室参事付主査
平成18年4月	名寄市立大学事務局教務課教務係長兼ねて教務部教務係長
	併せて市立名寄短期大学事務局教務課教務係長
平成20年4月	併せて名寄市立大学短期大学部事務局教務課教務係長
	併せて教務部教務課教務係長
平成21年4月	総務部財政課財政係長
平成23年4月	総務部財政課長
平成26年4月	総務部次長兼ねて財政課長

## 風連国保診療所の松本晋一郎副所長が「総合内科専門医」認定医に



風連国保診療所の松本晋一郎副所長が日本内科学会認定医制度に基づく「総合内科専門医」に認定されました。

松本副所長は「これからも、地域医療の根幹を担う診療所の“かかりつけ医”として、住民が安心して暮らせるための地域密着型医療を行なってまいります」と抱負を述べられました。

※総合内科専門医とは

総合内科専門医は、地域医療、外来診療、患者の診断・治療を総合的に判断する高レベルの一般・総合内科専門医（かかりつけ医）。また、内科系診療で、内科系の領域に広い知識・洞察力を持ち、身体・精神の統合（全身的）・機能的視野から診断・治療を行う能力を備えた一般・総合内科の指導医です。

（平成27年1月現在、道内の内科系医師約4,650人のうち総合内科専門医認定医師は570人）



# 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81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・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までご連絡ください。

事務局で加入の手続きができます。

## ★ まずは気軽に お問い合わせください

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)

スポーツの力で日本を元気に！

# チャレンジデー 2015

通算成績  
11勝10敗

Let's Try  
15min  
5月27日(水)  
0:00~21:00

## 名寄市の過去の成績

- 2012年 ●負 VS 岡山県赤磐市 (名寄市参加率58.9%)
  - 2013年 ●負 VS 香川県多度津町(名寄市参加率60.4%)
  - 2014年 ○勝 VS 広島県竹原市 (名寄市参加率62.2%)
- ▶ 昨年は6%差で勝利!(竹原市参加率は56.2%)

## 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。



今年の対戦は…



マスコットキャラクター  
「みやっこ君」▶



まち

# 名寄市 VS みやこ町

参加目標19,000人(65%)

## チャレンジデーに参加して みやこ町に 勝利しよう!

## みやこ町データ

平成18年3月20日に勝山町、犀川町、豊津町が合併して「みやこ町」が誕生。まちを取り囲む林野で育つタケノコは味、質ともに優れ特産物となっている。また、豊津地区では多くの文化遺産を残し、マスコットキャラクター「みやっこ君」のモチーフになっている神楽の衣装、国分寺三重塔(県の文化財)が有名。  
【人口】20,997人 【通算成績】3勝0敗 【昨年参加率】70.0%

## CHALLENGEDAY 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・保健センターその他町内会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。

78.8 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15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



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。



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。  
マナーを守り、楽しく施設を利用しましょう。



## 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(金)	
市営球場	5月1日(金)	
B & G海洋センタープール	5月23日(土) 予定	水曜午前中休館
南水泳プール	5月15日(金) 予定	金曜午前中休館
智恵文水泳プール	6月14日(日) 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(金)	全3コース、無料
風連テニスコート	5月1日(金)	風連B&G窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(金)	事前申込が必要です
風連B & G海洋センタープール	5月24日(日)	月曜休館

※各施設を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

## 「ひまわりの種」を 無料配布します

ひまわりのまち  
プロジェクト



名寄市では、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」をすすめています。

「どこに行っても“ひまわり”のあるまち」を目指して、市内6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、町内会などの団体で庭先や玄関先、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メートル位に成長します)

### 種の配布先

- ・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
- ・市民文化センター
- ・なよろ観光まちづくり協会(駅前交流プラザ「よろーな」内)
- ・ふうれん地域交流センター



### 配布期間

5月1日(金)～31日(日)

### 種をまく時期

6月上旬にまくと、天候の影響にもよりますが8月上旬にひまわりの花が咲く予定です。

### 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。

### 問い合わせ

営業戦略課(名寄庁舎3階)

☎01654③2111(内線3348)

# 年に一度 特定健診を受けましょう



名寄市国民健康保険の健康課題の分析で、「医療費が高額になる病気」「入院が長期になる病気」などの原因疾患が、心疾患・脳血管疾患・腎不全であるということがわかってきました。

これらの病気は、高血圧・高血糖・脂質異常等の生活習慣病による血管変化が発症の起因となるため、生活習慣病を発症しない・重症化させないことが予防につながります。

名寄市の平成25年度特定健診有所見者の割合は、「高血圧・高血糖・脂質異常」が、全国・全道と比べて高い傾向にあります。（表1参照）

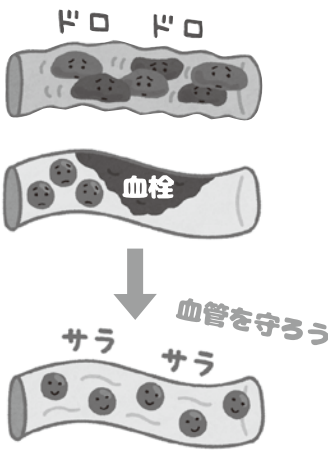
表1 平成25年度健診有所見者状況 (%)

項目	全国	全道	名寄市
血糖	20.5	20.5	28.0
HbA1c	50.9	50.0	53.6
尿酸	6.3	6.6	8.2
収縮期血圧	45.9	46.0	39.2
拡張期血圧	18.6	19.4	25.6
LDLコレステロール	54.3	54.6	55.8

※国保連合会資料帳票より

## 内臓脂肪と生活習慣病

生活習慣病が発症する背景には内臓脂肪の蓄積があり、脂肪細胞から分泌される物質の影響で血管の炎症や血栓を作りやすい状態、動脈硬化が進みやすくなるといった影響があります。



血管を守り、生活習慣病を予防していくためには、適正な体重と腹囲を維持することが重要です。

## 非肥満の高血糖

腹囲の基準値 (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)



本市は「非肥満の高血糖が多い」という特徴もあります。

内臓脂肪が多い方は、血糖値をさげるホルモン（インシュリン）の利きが悪くなっている場合がありますが、体重コントロールによって高血糖を改善することが期待できます。

しかし、太っていないのに血糖値が上がる背景には、個人の努力では変えられない糖尿病の遺伝的要素や加齢（すい臓の老化）が関係している可能性が高いため、自分の体質を自覚し、日々の食べ方や体の動かし方などを意識することが重要です。

生活習慣病の遺伝歴のある方は特に血液検査で身体の状態を確認し、内臓に負荷をかけない生活をこころがけましょう。

## 適正体重の維持と適量摂取が大切



内臓の負担を減らし健康を維持するためには、適正体重の維持・適量摂取が基本です。

食事量は、「年齢」「性別」「身長」「生活強度(体の動かし方)」によって異なります。

今の自分の体に食事の量や内容が合っているのかを意識することが大切です。

興味のある方は健康相談をご利用ください。

## 特定健診をご利用ください

痛みなどの自覚症状のない生活習慣病の予防と早期発見のため、年に一度健診を受け、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27年度 特定健診の日程

種類	総合健診	組み合わせ健診	個人健診
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24日(金) 7月25日(土) 7月26日(日) 7月27日(月) 7月28日(火) 7月29日(水) 10月22日(木) 10月23日(金) 平成28年1月18日(月) 1月19日(火) 総合福祉センター 7月30日(木)	旭川がん検診センター 6月29日(月) 6月30日(火) 7月1日(水) 10月19日(月) 10月20日(火) 10月21日(水)	旭川がん検診センター 平成28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	<b>血液検査項目</b> 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	1,400円
肝炎ウイルス検診		
前立腺がん検診		
乳がん検診	マンモグラフィ 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	

### 各種健診の申し込み

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・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って良かった。

転職をきっかけに、今年初めて市の健診を受けた。糖尿病の治療の際にも検査するが、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倒れるわけにいかない。健康で働き続けるために毎年受診しようと思う。

引っ越してきて初めて市の健診を受けた。こんなに詳しく検査の内容を説明してもらえると知らなかった。また来年も受けようと思う。

# 新たに着任した医師を紹介します



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、I C U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ま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27年度は、17診療科60人体制で診療業務を行っています。

今回、新たに着任した19人の医師を紹介します。



救命救急センター準備室  
たんぼ あきひと  
丹保 亜希仁 室長



糖尿病代謝内科  
ひでみつ  
坂上 英充 医長



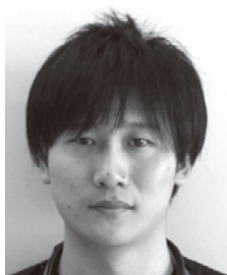
整形外科  
小林 浩 医長



呼吸器内科  
石田 健介 医長



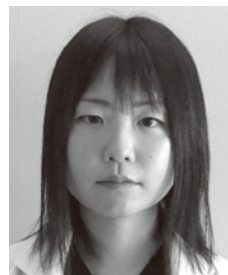
消化器内科  
村上 雄紀 医員



外科  
ともひろ  
鈴木 友啓 医員



心臓血管外科  
田中 大樹 医員



脳神経外科  
田村 有希恵 医員



産婦人科  
中西 研太郎 医員



小児科  
坪田 朋佳 医員



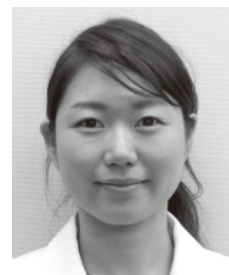
麻酔科  
衛藤 由佳 医員



救急科 兼 循環器内科  
しゅうこう  
岩田 周耕 医員



研修医  
田中 雅裕 医師



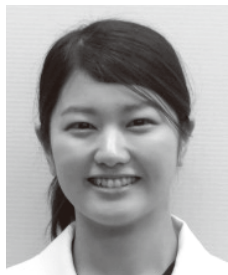
研修医  
早坂 美紗 医師



研修医  
上田 恭子 医師



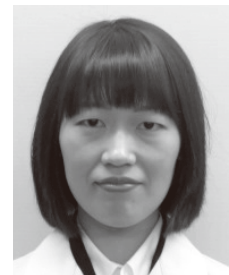
研修医  
石田 久美子 医師



研修医  
今西 梨菜 医師



研修医  
武田 智宏 医師



研修医  
泉原 里美 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・祝日は休診です。

# 外来診療の受付 (平成27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外来に直接連絡してください。 ※初診の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。					
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。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。(火・木曜日は除く) ※初診の方は紹介状が必要です。
	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。
	午後		○	○	○	○	○	
外科	午前		○	×(手術)	○	×(手術)	○	・予約センターで予約可能。(水曜日午後は原則予約のみ) ・月曜日、水曜日(初診)は午前10時から診察。 ・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可能。 ・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可能。
	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可能。 ・水曜日の受付は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。予約センターで予約してください。 ・母乳についての相談は外来に電話で確認ください。
	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可能。(7月1日から完全予約制になります) ・火曜日～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可能。 ・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。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。(水曜日は除く) ・再診予約は予約センターで予約可能。
	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可能。
	午後		※午後の診療は行っていません。					

★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。
- 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出をしてください。



## 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

※予約センター直通電話の受付時間は、平日の13時30分～17時です。

※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。

### お願い

- ・新患の方は、でき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、必ず持参ください。忘れた場合は、再発行します。(実費100円)

### 小児専門外来

- ・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。

名寄市立総合病院

住所 〒096-8511 名寄市西7条南8丁目  
☎ 01654③3101 FAX 01654②0567  
予約センター直通 ☎ 01654③0489

# 広げよう

## 地域に根ざした

## 思いやり



皆さまのお住まいの地域の  
民生委員児童委員を紹介します

### 民生委員(名寄地区) 市外局番(01654)

#### ● 1 区

(南8丁目以北)  
川島 征志

西5南8

② 2820

(南9丁目以南)  
大澤 光

西6南9

③ 0675

#### ● 2 区

北平 保夫

西3北2

② 4341

#### ● 第3区

村上 芳文

西3南2

③ 6458

#### ● 4 区

中山 妙子

西4南3

③ 1111

#### ● 南5区

鳥谷 由美

西5南5

② 0259

#### ● 北5区

(西6条以東)  
松崎 義昭

西7南3

② 1421

(西7条以西)  
先田 多美子

西6南3

② 1102

#### ● 第6区

猿谷 由利子

西2南6

② 3047

#### ● 7 区

倉本 萬里

西4南8

③ 4400

#### ● 8 区

伊賀 順子

大通南9

③ 8201

#### ● 9 区

千々石 奈穂美

大通南5

② 2081

#### ● 10 区

岡崎 賢子

西2南3

② 0071

#### ● 11 区

池田 幸真

西2南2

③ 9206

#### ● 東12区

(北3丁目以南)  
下澤 道子

東4北4

③ 9171

#### ● (北4丁目以北)

國崎 拓也

東4北6

③ 7035

#### ● 西12区

梅野 典子

西1北1

③ 2840

#### ● 第13区・北東区

(中央通以北、北東区)  
川又 恵美子

東3北1

③ 4398

#### ● (中央通以南)

吉川 武夫

東4北3

② 1190

#### ● 第14区

(南5丁目以北)  
遠山 徳治

東2南4

③ 8054

#### ● (東3条以東)

宮越 幹男

東3南6

③ 0282

#### ● (東3条以西)

川上 春男

東2南11

② 5339

#### ● 15 区

森谷 尚弘

大通南10

② 0421

#### ● 16 区

太田 國尾

西1南12

③ 0239

#### ● 17 区

坂本 栄見子

西4北2

③ 8731

#### ● 第18区

(中央通以南)  
森重 裕

西2南12

③ 5417

#### ● 第19区

和田 禎子

西7北3

③ 4881

#### ● 20 区

永田 順子

西9北3

② 3846

#### ● 21 区

三品 勝之

西10北3

③ 3773

#### ● 寺町区

田畑 義孝

西7南2

③ 2654

#### ● 北新区

(西2条以東)  
向井 孝夫

西1北6

③ 5165

#### ● (西2条以西)

小平 一郎

西4北6

② 1745

#### ● 栄町区・中島区

(中央通以南、中島区)  
吉川 ひろ子

西11南1

② 5505

#### ● (中央通以北)

藤平 昭夫

西12南1

③ 0872

#### ● 西町1区

柚留木 保秀

西11南3

③ 6890

#### ● 西町2区

(豊栄通以東)  
原田 友子

西13南5

② 3181

#### ● (豊栄通以西)

齋藤 直美

西14南6

② 1573

#### ● 西町3区

(西12条以西)  
小林 かつ枝

西12南7

③ 6252

#### ● (西11条以東)

渡辺 すみ子

西11南8

③ 6844

#### ● 大町区

山本 幸雄

西7北4

③ 8011

#### ● 麻生

(西6条以東)  
杉永 松代

西5南10

③ 5462

#### ● (西7条以西)

宮下 省三

西5南11

② 5368

#### ● 旭栄区

宮越 豊美

東6南2

③ 7257

#### ● 高見区

中村 幸尚

緑丘13-7

③ 4018

#### ● 旭ヶ丘区、南が丘区

三浦 孝幸

緑丘40-75

② 4843

#### ● 旭東区

松島 廣志

東5南2

③ 7017

#### ● 旭東北区

松本 昇

東4北8

③ 4084

#### ● 北斗区

森岡 恵美

大橋90-1

③ 05837

#### ● 新北斗団地

佐藤 いづみ

大橋75-1

③ 6790

#### ● 大橋商工団地

矢合 利幸

西8北8

② 5091

●大橋区

(西8条以西)

飛田 聖

西8北5

③2489

(西7条以東)

田畑 穂積

西10北7

②2139

●砺波

横山 正範

砺波 619

②5329

●日進

遠藤 洋子

日進 105 | 53

②4569

(豊栄川以北)

佐藤 真弓

西11南11

③0654

(共和、豊栄川以南)

橋本 香代子

共和 360

③4256

●弥生

木田 芳夫

弥生 307

③5089

●曙

阿部 勇

曙 421

②4248

●徳田区

(17線以南)

鈴木 國雄

徳田 337 | 3

②3610

(17線以北)

相馬 民男

徳田 57 | 29

③5492

●緑丘・農高区

大沼 良明

緑丘 71 | 1

②3417

●中名寄

平間 富雄

朝日 625 | 25

②2010

●瑞穂・内湖

鈴木 俊一

瑞穂 639

③2054

●ノースタウン区

武内 弥生

東1北6

②5641

●鉄道区・サンピラ

トヴィラ区

松井 栄子

西2南11

②1246

●智恵文智北

越 郁夫

智恵文 15線北 29

●智恵文更正・振興

尾関 章一

智恵文 8線南 14

⑧2460

●智恵文中央・瑞和

安芸 君代

智恵文 11線北 2

⑧2750

●智恵文親和・智西

鷺田 るり子

智恵文 14線北 1

⑧2626

●智恵文智南・南

木之内 與

智恵文 12線南 46

⑧2249



民生委員(風連地区) 市外局番(01655)

●風連中央区

(旧仲町、旧中央)

石川 敏恵

風連町仲町 52 | 11

⑦8328

●(旧本町、旧南町)

中尾 朋子

風連町本町 68

③2062

●風連南区

稲益 久仁子

風連町緑町 22 | 12

●新大町

大野 洋子

風連町大町 36 | 5

③2433

●風連北栄

藤原 十三栄

風連町北栄町 1 | 37

③3169

●風連西区

(西町南側)

柿崎 隆弘

風連町西町 78 | 8

③2728

●(西町北側)

天沼 勉

風連町西町 1 | 1

③2870

●風連2区

片山 キヨ子

風連町西町 205 | 9

③2739

●下多寄

新井田 洋

風連町瑞生 69

③2610

●風連豊里

及川 唯夫

風連町豊里 192 | 8

③3976

●風連アカシヤ

住田 信幸

風連町中央 166 | 6

●東風連

(旧9区)

伊藤 孝義

風連町豊里 882 | 1

③3428

●(旧9区以外)

小林 修

風連町東風連 374

③4075

●風連旭

中野 律子

風連町旭 213 | 7

③3270

●(旧12区)

横田 則子

風連町日進 355 | 0

②6432

●(旧13区)

中村 美佐代

風連町日進 510 | 0

②6266

●西風連

櫻山 さつき

風連町西風連 204

③3525

主任児童委員

(名寄地区)

市外局番(01654)

●第9区(南地区)

稲場 由美子

西1南5

②2487

●栄町区(北地区)

川口 昭子

西13南1

②5244

●瑞穂区(西地区)

宗万 広美

瑞穂 354 | 1

②5519

●旭栄区(東地区)

吉川 一茶

東7南1

③8890

●旭ヶ丘区(南地区)

笹原 博幸

徳田 4 | 12

③1053

●旭東北区(東地区)

岩端 裕見子

東4北8

③8877

●大町区(北地区)

武田 智恵子

西5北4

③6962

●豊栄区(西地区)

中村 洋子

豊栄 219

③4234

主任児童委員

(風連地区)

市外局番(01655)

●風連南区(風連地区)

田中 多喜子

風連町緑町 30 | 27

③3890

●風連北栄区(風連地区)

西村 陽子

風連町北栄町 15 | 12

③3257



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)



# 安全な登山、 山菜取りを 心がけましょう

## 問い合わせ

### ①遭難予防について

防災・法制・訴訟担当（名寄庁舎3階）

☎01654③2111（内線3327）

### ②ピヤシリ山・ピヤシリ自然休養林について

営業戦略課（名寄庁舎3階）

☎01654③2111（内線3346）

### ③ヒグマの目撃情報・林道・山火事について

耕地林務課林務係（風連庁舎1階）

☎01655③2511（内線316）

## 登山・山菜取り・ハイキング などの遭難事故防止

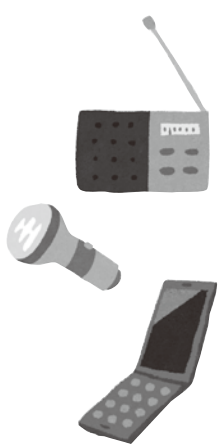
本格的なアウトドアシーズンが到来し、登山、ハイキング、山菜取りなどに出かける方も多くなります。万が一遭難した場合は、多額な費用（救助に関する費用）の自己負担が発生する場合がありますので、十分注意してください。

### 遭難事故を防ぐための

#### 7つのポイント（登山ガイドから）

- 行き先と帰る時刻を必ず家族に伝えましょう
- 単独での入山はできるだけやめましょう
- 必ず入山届に名前と住所を記入しましょう
- 目立つ色の服装で、防寒対策をして出かけましょう
- 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
- 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

午後3時までには下山しましょう



## ヒグマに注意

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合うことのないよう注意してください。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
- 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



## 林道の通行止め

昨年8月に発生した大雨災害によって現在、民有林道ピヤシリ越線の一部が通行止めになっています。これに伴い、ピヤシリ山入口までは通行できませんが、それ以降（雄武町側）の通行ができない状況です。ご了承ください。

## 山火事注意

4月21日（火）～5月31日（日）は林野火災予防強化期間です。

- 山火事の原因のほとんどは、たき火やタバコの火など、人の不注意などによるものです
- 山菜採取やハイキングで、たき火は絶対にしないこと
- 美しい野山を守るため、ゴミなどは捨てずに必ず持ち帰りましょう
- 山林や原野に入るときは、所有者や管理者の許可を受けましょう

平成26年7月、市内で野火の延焼が原因による林野火災が発生し、国有林の一部が延焼しました。林野火災予防強化期間中はもとより、期間外においても林野火災を起さないよう注意してください。

連載

知っていますか

# 自治基本条例

No.7

「名寄市自治基本条例」は本市のまちづくりを進めるための基本ルールです。今月号は、「名寄市自治基本条例」が定める「基本原則によるまちづくりの推進」について紹介します。

## 市民参加制度 (第25条)

■市は、政策の立案、実施や評価の各段階において、適切な時期に市民参加の機会を設け、市民の意見が適切に反映されるよう努めなければならない。

■市長等は、各種委員会、審議会その他のほかの附属機関や、これに類する委員には、公募の委員を加えるよう努めるとともに、委員などの性別、年齢、住んでいる地域そのほかの点でバランスのとれた構成になるようにし、市民がその立場や境遇によって不利益のないようにしなければならない。

■市長等は、重要な政策決定の過程において市民の意見を反映させるため、公聴会制度やパブリック・コメント等意見公募制度を設けなければならない。

### 具体的な取り組み

- 各種委員会などの委員公募
- まちづくり懇談会など各種懇話会の実施
- パブリック・コメント手続条例に基づく、パブリック・コメントの実施

## 住民投票(第26条)

■市は、市政に関する重要事項について、住民投票を実施することができるものとし、その結果について尊重しなければならない。

■住民投票に参加できる者の資格そのほか住民投票の実施に必要な事項は、それぞれの議案に応じ、別に条例で定める。

■市長や市議会議員の選挙権を有する市民は、法令の定めるところにより、住民投票を実施する条例の制定を市長に請求できる。

## 情報公開(第27条)

■市は、市民の知る権利を尊重するとともに説明責任を果たすため、別に条例で定めるところにより、市有の公文書を適正に公開しなければならない。

### 具体的には

- 名寄市情報公開条例で、公文書公開の基準などについて定めています。

## 情報提供(第28条)

■市は、情報公開請求の有無にかかわらず、市政に関する重要な情報を、適切な時期に、適切な方法で、市民に積極的に提供するよう努めなければならない。また、市民がその立場や境遇によって不利益のないようにしなければならない。

### 具体的な取り組み

- 市広報紙、市ホームページ、市公式フェイスブック、情報公開コーナーなどによる情報提供
- パブリック・コメントの実施
- 部次長会議などの会議録公開
- 庁議など決定事項の公開

## 個人情報の保護 (第29条)

■市は、市民個人の権利や利益が侵害されることのないよう、別に条例で定めるところにより、市有の個人情報データを適正に取り扱わなければならない。

### 具体的には

- 名寄市個人情報保護条例で、個人情報の適正な管理などについて定めています。

## 問い合わせ

企画課企画調整係  
(名寄庁舎3階)  
☎01654③2111  
(内線3311)  
☎01654③9083  
✉ny-kikaku@city.nayoro.lg.jp







# 名寄市立大学の窓から知への誘い

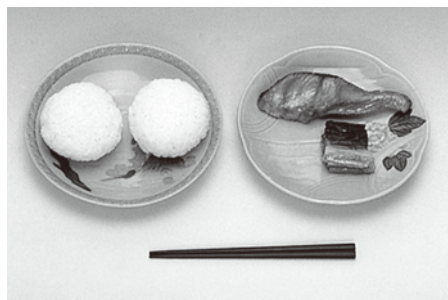
## 「学校給食の歴史と役割(1)」

保健福祉学部 栄養学科 准教授 黒河 あおい

vol.29

入学式から1カ月、1年生の皆さんも学校給食に慣れてきた頃でしょうか。今月は学校給食の歴史とその役割についてのお話です。

学校給食は、明治22年山形県鶴岡町で貧困児童を対象に無料で供給されたことが起源といわれています。



▲明治22年の学校給食 (おにぎり、塩サケ、菜の漬物)

その後各地へ広がり、経済的困窮への救済目的として給食は続きましたが、戦中に一時中断されました。戦後、経済的困窮と食糧不足による栄養失調の児童生徒を救済するため、アメリカなどからの援助物資に

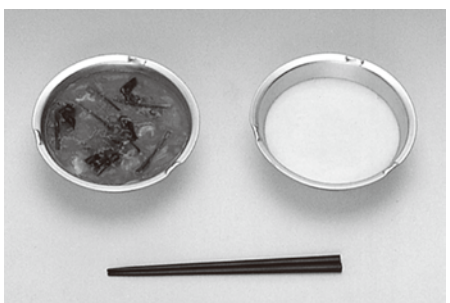
年代	おもな献立の内容	栄養目標
昭和20年代	主食は持参、少量の肉・野菜の煮込み 脱脂粉乳を溶いたミルク 主食はコッペパン 「パン、ミルク、おかず」で完全給食	不足栄養の補充
昭和30年代	パンの多様化～レーズン・黒糖など 動物性たんぱく減として「くじら」が登場 脱脂粉乳から牛乳へ変更	体位体格の向上
昭和40年代	主食にめん類が登場(ソフトめん)	
昭和50年代	米飯給食導入(献立の多様化)	小児肥満の対策
平成8年	すべての食材が加熱処理(0157食中毒以降)	日本型食生活推奨
平成10年代	バイキング・セレクトなど児童生徒が選択する給食	食の選択能力育成
平成17年	「食に関する指導」の教材となる献立	食に関する指導目標

より日本の給食は再開できました。その結果、小麦輸入量が増加し学校給食でのパン食が定着しました。1964年には、脱脂粉乳から牛乳に切り替わり、1976年から米飯給食も導入されました。

学校給食の献立の変化経緯と栄養目標(年代別の栄養課題)を年代別の表にしました。(上図参照)

この献立内容の変遷は、その時期の児童生徒の栄養目標の課題とともに変化しています。

昭和20年代までは、栄養不足を補う事が目標であり、特に不足しているたんぱく質やカルシウムを補うために乳製品を積極的に取り入れた給食となっています。



▲昭和20年代前半の学校給食 (脱脂粉乳、トマトシチュー)

昭和30～40年代は、家電の普及と家事の合理化や雑誌、テレビによる西洋料理



▶昭和20年代後半の学校給食 (コッペパン、ジャム、脱脂粉乳、鯨肉の竜田揚げ、千切りキャベツ)

の紹介などにより家庭での生活は西洋化し、米飯中心から主食をパンとし主菜が肉・乳製品を多く使う食事内容に変化しました。学校給食もパン食にあう献立にするため、汁物や主菜はクリームシチューやコロッセ、メンチカツなどが多くなり、主食であるパンにはジャムやマーガリンなどが付きましました。体位体格もいまだ十分ではなかったため、たんぱく質・脂質・カルシウムを積極的に取り入れた献立でした。

【来月号に続く】

### 大学図書館へようこそ!

大学図書館本館には絵本が約4,000冊あります。午前中は比較的すいているので、大学公園の散歩がてら、お子さんと一緒にいらしてみてください。読み聞かせにはもちろん、心が和むひとときを、ぜひどうぞ。  
※学生が勉強中ですので、お子さんが走り回ったりしないよう、お気遣いください。

#### ～～絵本の探し方～～

絵本は図書館本館の壁面書架と「あべ弘士コーナー」に置いています。

絵本の背表紙には作者の頭文字を印字した赤丸シール貼り、アルファベット順に並べています。



### 大学図書館にはこんな本があります

#### ～～図書館員のおすすめ絵本～～

『かぜのでんわ』 いもとようこ 金の星社  
『ひまわりのおか』 葉方丹ほか/文・松成真理子/絵 岩崎書店



◀東日本大震災後、本当にあったできごとをもとに描かれた、「想いを伝える」絵本

- 市立大学図書館 休館のお知らせ  
5月の土・日・祝日は休館
- 問い合わせ 名寄市立大学図書館 ☎01654②4199  
本館：内線3114 分館：内線2200





わたしたちこんな活動しています

# サークル紹介

## 風連カラオケ同好会

歳を忘れ楽しむことができる



風連カラオケ同好会は、昭和63年1月に設立され、今年で28年目になります。初めのころは歌の好きな人たちが集まって、ただ歌っているだけでした。しかし、このままでは上達しないのではないかと思い、指導者を月2回招いて、指導を受けることにしました。

指導は音階から始まり、指導を受ければ受けるほど難しくなりましたが、今では上達し、文化祭、春の文協まつり、福祉施設訪問、敬老会などに出演しています。

また、催し物の裏方としての手伝いと出演の両方を行わなくてはならず、忙しい面もありますが、若い会員に引つ張られ、歌いながらの踊りにも挑戦するなど、歳を忘れ楽しむことができます。

歌詞を覚える、音楽を聴く、大きな声を出す、身体を動かすことで、老化を防げれば良いと思っています。

皆さんも一緒に歌いませんか。歌が好きな方は誰でも歓迎です。会員一同お待ちしております。

- 活動日時  
水曜 18:00~21:00
- 活動場所  
風連地域交流センター
- 会費  
月額 2,500円
- 連絡先  
前田 輝貴さん  
☎01655③2360



## トールペイントサークル PAINT BOX

ぬくもりある作品と暮らす  
楽しみを味わいませんか

- 活動日時 第1・3木曜 9:00~17:00
- 活動場所 市民文化センター
- 会費 1回 1,000円
- 連絡先 山田 未来さん  
☎090-6211-1276



ペイントボックスでは、30代から60代までの幅広い年齢層のメンバーが、楽しくおしゃべりをしながら、好きな作品をそれぞれのペースでトールペイントをしています。

「トールペイント」とは、ヨーロッパの伝統的装飾技法を基に、木やガラス、陶器、布などあらゆる素材に絵を描くことを総称したクラフトアートです。図案があり、色指定があり、描いていくための手順が示されているので、基本的な筆使いなどをマスターすれば、絵心がなくても見本と同じように描け、楽しむことができます。

作品は、飾るもの、使うもの、贈るものなど用途も色々ですが、一つひとつ丁寧に心を込めて描いたものに対する愛着はひとしおです。そんな暖かいぬくもりを感じる作品を日常生活の中に加えて暮らす楽しみを味わってみませんか？

4月から夜間教室も行っています。興味のある方は、お気軽に電話してください。出られないときもあります。メッセージを残していただければ折り返しご連絡します。  
「名寄 PAINT BOX」のフェイスブックもぜひ見てください。

「サークル紹介」では、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。

公民館

市民文化センター (西13南4)  
 FAX 01654②2218  
 01654②2356  
 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)  
 ふうれん地域交流センター(内)  
 FAX 01655③2620  
 01655③2321

市民文化センター

市民講座「なよろ入門」に参加しませんか

名寄の歴史、自然、施設、福祉など広く名寄について学びます。(道民カレッジ連携)

●とき 5月21日(木)~平成28年3月3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(定員を超えた場合は、抽選を行います)

●申し込み 5月13日(水)まで  
 ※詳しくは、文化センターにお問い合わせください。



児童センター

児童センター  
 【ほっと21】(西11北2)  
 FAX 01654③3465

一輪車教室



初心者向けの一輪車教室です。  
 ●とき 5月16日(土)、23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・定員 市内小学生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、窓口申し込む。

※一輪車のサイズの確認もあるので、電話での申し込みはできません。

●申込期間 5月2日(土)~11日(月)

チャレンジデー

児童センターでもチャレンジデーを実施します。一輪車やなわとびに挑戦しよう。

●とき 5月27日(水) 15時~16時

●ところ 児童センター  
 ●対象・定員 市内小学生

図書館

図書館名寄本館(大通南2)  
 FAX 01654②4751  
 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  
 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

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

こども図書館まつり

●0歳~3歳対象  
 ○とき 5月7日(木) 10時30分  
 ○ところ 名寄本館2階会議室  
 ○内容 絵本読み聞かせ、紙芝居、手遊び、パネルシアター  
 ●3歳~小学2年生対象  
 ○とき 5月9日(土) 10時30分  
 ○ところ 名寄本館3階読書室  
 ○内容 絵本読み聞かせ、ストーリーテリング、工作



自動車文庫「やまゆり号」5月の巡回日程

《名寄地区》		
7日(木)・20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(金)	ノスクふれあい会館前	15:25~15:40
	コデマリ公園前	15:50~16:05
12・26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
13・27日(水)	緑丘第1団地	15:10~15:25
	サピラ・マガレット 1号道営住宅前	15:35~15:50
14・28日(木)	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
《風連地区》		
13日(水)	東風連地区(東風連小学校)	10:15~10:35
	市街地区(野村様宅前)	11:00~11:10
20日(水)	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

ミニ展示コーナー

「子どもよんであげたい  
 おすすめ絵本3~6歳向き」  
 「母親と子どもの関係を見つめ直す」

本の読み聞かせなど

●おはなしクラブ(金曜日)  
 ○とき 5月1日、8日、15日、22日、29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21日 10時30分  
 ○対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日

3日(日)~6日(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、31日(日)

風連分館

ミニ展示コーナー

「だいき、お父さん・お母さん」  
 「赤ちゃんよんであげたい  
 おすすめの絵本」  
 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13日、20日、27日 15時  
 ○対象 小学生  
 ●おはなしポケット(金曜日)  
 ○とき 5月8日、15日、22日 10時  
 ○対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日

3日(日)~6日(水)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、31日(日)



博物館

北国博物館(緑丘222)

☎ FAX 01654-2575

✉ [myk@city.nayoro.ak.jp](mailto:myk@city.nayoro.ak.jp)

開館 9時~17時

休館 月・年末年始

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

企画展(無料)

【野外植物展】

芽生えの季節に恒例の、地域の植物の魅力を伝える展示会です。

写真、リース、押し花などいろいろな作品を通して自然の豊かさを紹介します。

●とき 5月17日(日)まで

●ところ 北国博物館ギヤラリーホール

●主催 なよろ野の花の会(上野紘一会長)

【キマロキ保存40年・深名線廃線20年記念展】

北国博物館前に野外展示しているSL排雪列車「キマロキ編成」とその保存活動を担ってきた名寄SL排雪列車キマロキ保存会(中田一良会長)の40年と、平成7年にJR深名線がバス転換されて20年を記念する展示会です。

あわせて実行委員会による記念イベントが6月27日に予定されています。



●とき 5月23日(土)~6月28日(日)

●ところ 北国博物館ギヤラリーホール

SLキマロキが見学できるようにになりました

機関車・マックレー車・タリー車・機関車の連なるSL排雪列車「キマロキ編成」。かつて豪雪地帯で活躍し、鉄道の名寄の象徴的な存在で、全国から鉄道ファンが訪れます。

冬の間、車体保護のために掛けられていたシートを4月22日(水)に外しました。北国博物館前で、10月中旬まで自由に見学できます。

天文台

なよろ市立天文台「きたすばる」

(日進157道立サンピラーパーク星見の丘)

☎ 01654-23956

FAX 01654-20267

✉ [kitasubarun@nayoro-star.jp](mailto:kitasubarun@nayoro-star.jp)

HP <http://www.nayoro-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(木)、11日(月)、18日(月)、25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

●天体観望

○月面が見える期間 1日(金)~5日(火)、20日(水)~31日(日)

○今月見える惑星 金星、木星

※晴れている層間に見ることができ星もみえます。

●1.6メートルピリカ望遠鏡見学・観望

○見学のみのみ 1日(金)~31日(日)

開館時間 18時30分頃

※休館日を除く

○天気が良ければ星が見れる日

1日(金)~6日(水)、8日(金)~10日(日)、15日(金)~17日(日)、22日(金)~24日(日)、29日(金)~31日(日)

20時頃~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	銀河鉄道999 ~赤い星ベテルギウス~	ズーラパトロール ~カプービルピーの伝説~
16:00	オーロラの調べ ~神秘の光を探る~	オーロラの調べ ~神秘の光を探る~
18:00	銀河鉄道999 ~赤い星ベテルギウス~	銀河鉄道999 ~赤い星ベテルギウス~
20:00	オーロラの調べ ~神秘の光を探る~	オーロラの調べ ~神秘の光を探る~

※5月1日から番組が変更しました。



ゴールデンウィーク観望会(観覧料のみ)

●とき 5月2日(土)~6日(水)

19時30分~21時30分

茂木健一郎氏

インターネット中継(無料)

東京都杉並区で行われるテレビでおなじみの脳科学者、茂木健一郎氏の講演をインターネットでも中継します。

●とき 5月23日(土) 10時30分~12時

金星



ピリカ望遠鏡でとらえた細い金星の姿です。  
2012年6月27日観測  
(撮影者 北海道大学 今井正亮)

ピリカ望遠鏡は急ぎよ、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。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	15:37	2:57	4日	○満月
10日	4:07	18:46	23:53	9:25	11日	●下弦
20日	3:56	18:58	5:45	20:50	18日	●新月
31日	3:47	19:08	16:25	2:26	26日	●上弦



## 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月～平成28年2月の9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用意しています（先着順）ので、気軽にお問い合わせください。

実施期間が  
長くなりました！



### ながれ

#### 1 申し込む

メンバーズカードを受け取る。

※締切は5月29日(金)

#### 2 歩く

各自で歩数を記録する。

#### 3 報告

毎月上旬に前月の総歩数を報告。

平成28年2月分まで**2と3**を続ける。

#### 中間発表

9月26日(土)に総合福祉センターで開催する「なよろ健康まつり」で総歩数ランキングを発表します。その後は、広報なよろやホームページで随時発表する予定です。

3月に上位入賞者の表彰を行います



※なよろ健康あるキングは「なよろ健康マイレージ」の個人目標項目になります。詳しくは今月の広報なよろと同時に配布されたチラシをご覧ください。

### 実施期間

6月1日(月)～平成28年2月29日(月)

### 申込期限

5月29日(金)



### 献血にご協力ください



5月 1日(金) 10:00～16:00 イオン名寄ショッピングセンター  
26日(火) 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)  
27日(水) 10:00～16:00 西條(株)名寄店  
28日(木) 10:00～16:00 名寄市役所 (名寄庁舎)  
29日(金) 10:00～11:30 旭川日産自動車(株)名寄店  
11:50～13:00 名寄郵便局  
14:30～16:00 マックスバリュ名寄店

#### 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)



# 健康

- Healthy Guide -

# ガイド

### 申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)  
☎01654②1486

### 休日当番医 急患に限ります

5月3～6日 市立総合病院  
☎01654③3101  
10日 あべクリニック  
☎01654⑨7011  
17日 名寄三愛病院  
☎01654③3911  
24日 吉田病院  
☎01654③3381  
31日 あかいし内科医院  
☎01654③7177  
なよろ眼科  
☎01654③0746  
6月7日 市立総合病院  
☎01654③3101  
14日 名寄中央整形外科  
☎01654③2006  
…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(金) 親子ふれあいひろば  
13日(水) もぐもぐ離乳食教室  
14日(木) ちびっこひろば①  
18日(月) 股関節脱臼検診  
風連幼児健診  
19日(火) 4カ月児健診  
20日(水) ちびっこひろば②  
21日(木) 7カ月児健診・BCG  
22日(金) 親子ふれあいひろば  
26日(火) ちびっこひろば③  
27日(水) のびのび親子教室  
29日(金) 赤ちゃん計測日

※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おもな行事

### 名寄市子育て支援事業

- 「親子お出かけバスツアー」
  - ・とき 6月12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29日(金)
- 「青空教室」
  - ・とき 6月10日(水) 10:00~11:30
  - ・ところ 総合福祉センター(雨天時:センター内)
  - ・内容 大型紙芝居やポケットシアター、手遊びなどを行い親子で遊びます。また、保育所の栄養士も同行し、食育相談・アレルギー相談なども受け付けます。



※当日現地へお越しください。

### 「おやこマヤ」

(名寄大谷認定こども園内 ☎01654@7711)

- 親子遊びの広場「身体測定(1回目)」
  - ・とき 5月27日(水) 9:00~10:30  
(毎月第3水曜日の予定ですが、5月は第4水曜日に行います)
  - ・ところ 名寄大谷認定こども園ゆうぎ室
  - ・内容 身長・体重を測って、手形をとります。

### 「こぐま」

(風連さくら保育園内 ☎01655@2378)

- 親子遊びの体験教室「避難訓練」
  - ・とき 5月7日(木) 10:00~11:30
  - ・ところ さくら保育園
  - ・内容 火災を想定して避難訓練をします。
- 親子遊びの体験教室「春のおはなし会」
  - ・とき 5月21日(木) 10:00~11:30
  - ・ところ さくら保育園
  - ・内容 図書館主催の絵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28日(木) 13:30~
- ところ 市立総合病院 2階和室
- 内容 「リンパマッサージ」について
- 申し込み・問い合わせ  
市立総合病院 地域医療連携室  
☎01654@3101(代)

### 「さくらんぼ」

(東保育所内 ☎01654@5683)

- 開催場所(4月~9月)
  - ・月・火・木・金曜日 市民文化センター
  - ・水曜日(0歳児対象) 駅前交流プラザ「よろーな」
- ※急きょ場所が変更になることがあります。詳しくは問い合わせください。
- 親子遊びの広場「身体測定(1回目)」
  - ・とき・ところ  
【0歳児】5月13日(水) 10:00~11:30  
駅前交流プラザ「よろーな」  
【その他】5月12日(火) 10:00~11:30  
市民文化センター
  - ・内容 身長・体重を測って手形をとります。
- ※事前申し込み不要。
- 親子遊びの広場「しゃぼん玉遊び」
  - ・とき 5月28日(木) 10:00~11:30
  - ・ところ 市民文化センター
- ※雨天の場合は中止し、施設内で遊びます。
- ※事前申し込み不要。
- 親子遊びの広場「七夕飾り製作」
  - ・とき・ところ  
【0歳児】6月24日(水) 10:00~11:30  
駅前交流プラザ「よろーな」  
【その他】6月25日(木) 10:00~11:30  
市民文化センター
  - ・内容 親子で七夕の飾りを作って、短冊にお願いごとを書きましょう。
- ※事前申し込み不要。



### 健康づくり体操教室

- ・とき 5月6日(水)、21日(木)、27日(水)  
9:30~11:15
- ・ところ 総合福祉センター(西1南12)
- ・対象 おおむね60歳以上の方
- ・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。  
(上靴を持参ください)
- ・問い合わせ  
高齢介護課高齢福祉係(名寄庁舎2階)  
☎01654@2111(内線3231)

共同参画社会の実現をめざして

名寄市男女共同参画推進条例(仮称) 制定にむけて

3月24日(火)に名寄市男女共同参画推進委員会を開催し、男女共同参画推進条例(仮称)の条文等を再度検討しました。

特にDV(ドメスティックバイオレンス)、セクシュアル・ハラスメントの記載について多くの意見が出されました。

条文の文言等を検討したあと、委員会から次のような意見が出されました。

※ 条例という規制はあるが、なるべく市民にわかりやすい表現にしたほうが良い。

※ 条文をわかりやすくするために、見出し(キーワード的なもの)を記載したら良い。

※ これらの意見も基に、引き続き検討を進めていきます。



「参加」と「参画」

「参加」は仲間として加わることですが、「参画」は、単に参加するだけでなく、企画・立案や決定にも関わり、意見や考えを出し、責任も負うという積極的な行動を言います。

男女共同参画は、男性も女性も、対等な個人としてあらゆる分野に参画していくことを言います。



**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19回しべつわんぱくフェスティバル**  
 ・とき 5月24日(日) 10:00~15:00  
 ・ところ 士別市総合体育館前駐車場(雨天時は体育館内)  
 ・問い合わせ 中央公民館(士別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 5月31日(日)  
 安全祈願7:00、登山7:15、下山予定15:30  
 ・ところ 天塩岳(士別市朝日町)  
 ※集合場所…ヒュッテ  
 ・定員・参加料 100人、2,000円(保険料、記念品など)  
 ・問い合わせ 士別市役所朝日総合支所経済建設課  
 ☎ 0165(28)2121

**下川町**  
**築城29年 万里長城祭**  
 ・とき 5月17日(日) 11:00~14:30  
 ・ところ 桜ヶ丘公園  
 ・問い合わせ NPO法人しもかわ観光協会  
 ☎ 01655④2718

**美深町**  
**北の星座音楽祭「伊藤 恵 ピアノリサイタル」**  
 ・とき 5月9日(土) 開場13:30、開演14:00  
 ・ところ 美深町文化会館COM100 文化ホール  
 ・チケット 指定席2,500円、自由席2,000円(小中高生無料)  
 ・問い合わせ 美深町教育委員会  
 ☎ 01656②1744

**西興部村**  
**「木夢」のゴールデンウィークイベント**  
 ・とき 5月2日(土)~5月6日(水)  
 ・ところ 森の美術館「木夢」  
 ・内容 2・3日…木工体験教室(テーマ:鯉太郎) 14:00~16:00 ※要予約  
 4日…工作教室(テーマ:ピックヨーヨー) 11:00、15:00 ※要予約  
 5日…「ホラネ口」コンサート 14:00~15:00  
 ・問い合わせ 森の美術館「木夢」  
 ☎ 0158(87)2600



# もっと！ もち米プロジェクト



毎月10日は  
「名寄もち米の日」

問い合わせ  
名寄市食のモデル地域実行協議会  
☎01655③2511  
(内線311)

## 名寄市はもち米生産日本一のまちです

名寄市では、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。  
このページでは、名寄のもち米に関連した情報をお伝えしていきます！



## 名寄のもち米ってすごいんです



名寄市は、市内にある水田の約9割がもち米です。  
北海道は全国一のもち米産地ですが、そのうち3割以上が、全国では1割以上が名寄産のもち米なんです。

## さまざまなイベントで もちが登場します

毎年8月頃に行われる「なよろ産業まつり～もち米日本一フェスタ～」のもちまきで使用するもち米の量はなんと300キロ！  
1月には市民もちつき大会が行われるなど、日本一の産地ならではのイベントが1年を通して開催されます。



## もちつき名人「もち大使」がいるんです

なよろ産業まつりのイベントのひとつ「もちつきチャンピオン決定戦」の優勝者は「なよろもち大使」として任命されます。  
審査基準は「もちの完成度」「もちのつきっぷり」の2つ。  
任命された大使はさまざまなイベントで、もちつきの極意を伝授してくれます。

現在のもち大使（右：水間健詞さん 左：及川友和さん）▶



## 名寄のもち米ってこんな商品にも使われているんです

その①

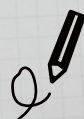
商品名 **赤福餅** / 販売者 株式会社 赤福（三重県伊勢市）



三重県伊勢市の銘菓「赤福」。  
伊勢神宮（内宮）の近郊、おかげ横丁にある赤福本店には、連日多くの伊勢神宮の参拝客で賑わいを見せています。  
赤福餅に使われるお餅は「時間が経っても硬くなりにくいこと」そして「うるち米の混入がないこと」が条件です。  
そこで日本一のもち米生産地である名寄市の高品質なもち米が使われているのです。

### 商品メモ

いまからおよそ300年前に誕生した、お餅の上にこし餡をのせた餅菓子。この形は、伊勢神宮神域を流れる五十鈴川のせせらぎをかたどっていて、餡につけた三筋の形は清流、白いお餅は川底の小石を表しています。





# フォトでお知らせ - 広報版 -

## 3/21 (土) 台湾映画「KANO」無料上映会



名寄市・台湾交流実行委員会が主催する無料上映会が市民会館で開催。映画を通して台湾のことを知るきっかけとなりました。

## 3/14 (土) SWANK企画「ちゃら〜ん」



SWANK企画(富田耕一郎代表)主催の公演が市民文化センターで開催。ドタバタのハートフルコメディに会場からは絶えず笑いがおこりました。

## 4/4 (土) 皆既月食観望会



この日は180人以上が天文台に来館。月が銅色になる皆既月食の時間は10分ほどでしたが、来館者は月が欠けていくようすを見て感動していました。

## 3/26 (木) 春休み子ども英語クラブ



春休みを迎えた小学生を対象に市民文化センターで開催。子どもたちは講師のドリス・アウ先生、ジョン・ハム先生と楽しく英語を学びました。

## 4/13 (月) 今年もB-1グランプリに参加決定!



「第746なよろ煮込みジンギス艦隊」が昨年に引き続き、愛Bリーグ本部加盟団体に認定。10月に青森県で開催の「B-1グランプリ」全国大会の参加権を獲得しました。

## 4/7 (火) 名寄南小学校の入学式



今年も新入生65人が入学。新入生の紹介では、担任の先生から自分の名前を呼ばれると「はい」と元気な返事をして在校生や保護者の方を向きました。



**申** 申し込み **問** 問い合わせ

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

## 夜間納税窓口

とき 5月21日(木)  
22日(金)  
25日(月)  
17:30~19:30  
ところ 名寄庁舎2階  
税務課納税係

## 年金事務相談窓口

とき 5月12日(火)  
10:30~16:00  
ところ 駅前交流プラザ  
「よろーな」  
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。  
なお、受け渡しは原則として無償  
で行います。

- ゆずりませ
- スキーウェア  
(男児用140センチ・ブルー系)
- 電子レンジ(温め機能のみ)
- 洋服たんす(木製)
- 学習机・椅子
- 日本児童文学(32冊)
- 近代文学(40冊)
- レースカーテン  
(150×260センチ)
- 本棚(ガラス扉、引出付き)
- 燃料用まき
- ゆずってください
- ロックミシン
- バイク(125cc・昭和40年代)
- 電動自転車
- エンジン付き自転車
- シングルベッド
- 冷蔵庫(冷凍機能付き)

**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(金)~29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)

## 「住民票の住所における 居室番号の記載」のお願い

平成27年10月からすべての  
住民の住民票に記載されてい  
る住所に社会保障・税番号(マ  
イナンバー)の「通知カード」  
が送付されます。

この「通知カード」が間違  
なく本人に送付されるため、  
次の方は早急に住所変更の届  
出をしてください。  
詳しくは、お問い合わせせ  
ください。

### ▼住所変更の対象者

現在アパートなどに在住し、  
アパートなどの名称および居  
室番号を記載せずに住民登録  
をしている

### 届出先・問

**名** 市民課市民年金係  
1階(内線3112・  
3113)

**風** 地域住民課市民係  
1階(内線118・119)

## 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(月) 10時~15時  
旭川地方法務局名寄支局  
(西1南11)

②6月1日(月) 10時~15時  
風連郵便局内 風の広場  
(風連町仲町99)

### ▼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。



**名 問** 環境生活課環境・生活安全係  
1階(内線3126)

## 農業用水路などでの事故 に注意してください

農作業が本格  
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、保護者の方は  
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。

**風 問** 耕地林務課管理係  
1階(内線322)

## 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3者に移  
転しないこと
- ③複数区画の申し込みを認め、  
同一区間に2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、契約時に契約即  
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11日(月)~  
22日(金)

### ▼売却決定日

5月25日(月)

### 日(金)

**▼売却決定日** 5月25日(月)

※抽選の場合は、当日市役所  
で実施します。

### ▼売却契約日

5月29日(金)

### ▼売却物件

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㎡	2,367,000円
2	土地	西11北4	8番70	224.83㎡	2,117,000円
3	土地	西11北4	8番71	285.07㎡	2,684,000円
4	土地	西11北4	8番72	286.66㎡	2,699,000円
5	土地	西5北11	58番22	945.68㎡	5,144,000円
6	土地	西5北11	58番25	952.79㎡	4,900,000円

**名 申・問** 財政課管財係  
3階(内線3334)



## 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ご希望の方は、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	・松田 友子・夏坂 弘實
	水道メーター検針	・清水ひろえ・佐々木敏子 ・吉田 千尋・松田ゆかり ・川崎由希子・上野 千秋
智恵文地区	簡易水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・蓑輪 健二・蓑輪 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

名 上下水道室業務課業務係  
3階(内線3360)  
3363

## 上下水道の 使用開始・中止の届け出を

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らっしゃ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)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。  
届出先・問  
上下水道室業務課業務係  
3階(内線3360)  
3363

風 2階(内線206)  
208

## 障がい者相談員の紹介

悩みごと、困りごとがあれば、気軽に相談員へご相談ください。

### ▼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

名 問 社会福祉課障がい福祉係  
2階(内線3225)

## 看護の日イベント

5月12日は近代看護を築いたナイチンゲールの誕生日にちなみ「看護の日」です。



看護の日のイベントを次のとおり開催します。皆さま気軽にご参加ください。

▼とき 5月10日

(日) 12時～14時

▼ところ

イオン名寄ショット

ピングセンター1階

中央特設コーナー

▼内容

▽測定コーナー

血圧測定など

▽試食コーナー

栄養補助食品などの配布

▽ちびっこ看護師体験

ミニナースになって写真を

撮ってもらおう

▽AEDをみてみよう

いざというときのために

名 問 北海道看護協会上川北支部  
(市立総合病院内)菅原  
☎01654③3101



## 妊婦さん・赤ちゃんとお母さんとご家族のための タッチケアサロン



タッチケアを学びながら、産前産後のケア(便秘・腰痛など)、育児のことなどおしゃべりしませんか?

### ▼とき(いずれも火曜日)

5月12日・19日・26日

6月16日・23日・30日

7月7日・14日・21日・28日

8月4日・11日・25日【13日間】14:00～16:00

### ▼ところ

雪あかり館1階多目的ホール

※会場は変更になる場合があります。

### ▼対象

妊娠中の方、産後の方と赤ちゃん、そのご家族

### ▼講師

タッチケア認定講師 笹木 葉子(市立大学教授)

タッチケア認定講師 加藤 千恵子(市立大学准教授)

### ▼内容

赤ちゃんとお母さんのマッサージ、腰痛体操、妊婦体操、便秘・むくみ解消レシピ、赤ちゃんの体重測定、産着づくり、育児相談など皆さまのニーズに応じて展開します。

※市立大学保健福祉学部看護学科4年生の4人も実習として参加します。

### ▼申込方法

予約制です。メールで申し込む場合は、件名に「タッチケア」と入力してください。

名 問 名寄市立大学 笹木研究室  
☎01654②4194(内線3216)  
✉sasahappa@nayoro.ac.jp

**子育て世帯臨時特例給付金**

子育て世帯の消費税率引上げの影響などを踏まえ、臨時特例的な給付措置として子育て世帯臨時特例給付金を児童手当受給者に支給します。

▼対象

①平成27年6月分の児童手当の受給者

②平成27年5月31日時点で名寄市に住民票がある方

※児童手当所得制限限度額を超える方を除く

▼支給額 中学生以下の子ども1人あたり3000円

▼申請受付開始 6月1日(月)予定

※「臨時福祉給付金」の申請受付を9月以降に予定してますが、「臨時福祉給付金」と「子育て世帯臨時特例給付金」は併せて受給できません。※詳細は決まり次第お知らせします。

**「多子世帯向け商品券」給付**

多子世帯を支援することを目的に、商品券を対象の子どもの保護者に給付します。

▼対象

①平成9年4月2日以降に生まれた子どもから数えて第3子以降の子ども

②名寄市に住民票がある子ども  
▼給付品 対象1人あたり1

万円分の商品券

▼申請受付開始 6月1日(月)予定

※詳細は決まり次第お知らせします。

子育て世帯臨時特例給付金・多子世帯向け商品券について

申・問

子ども未来課子育て支援係

名 2階(内線3245)

問 臨時福祉給付金について

名 社会福祉課福祉総務係

名 2階(内線3221)

**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。

当日は会場や隣接する道路で混雑・騒音などにより、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解と協力をお願いします。

なお、訓練のようすを一般公開します。見学用テントや見学者専用駐車場を用意していますので、ぜひお越しください。

▼とき 5月24日(日) 10時

▼ところ 王子マテリア(株)名寄工場(徳田20)

問 名寄消防署

☎01654③3319

**声の図書館からのお知らせ**

【録音図書の出し出し】

録音図書とは、本などを読むことが不便な方が耳で楽しめるように、朗読して録音したカセットテープです。

声の図書館では「広報なよろ」や「社協だより」、一般図書などの録音図書の貸し出しを行っています。ご利用の際は申し込みください。

▼利用対象

①障害者手帳をお持ちの方

②活字をそのままの大きさでは読めない方

③活字を集中して読めない方

④病気などにより本をめくるなどの作業が困難な方

【必要な方に広めてください】

録音図書が必要な方は、本紙でこのお知らせを知ることができません。

お近くの録音図書が必要の方に、ぜひ知らせてください。

【会員を募集しています】

声の図書館では一緒に活動してくれる会員を募集しています。

録音図書を作りながら、朗読の楽しさを共有しましょう。

申・問 名寄声の図書館

(市立図書館名寄本館内)

☎01654②4751

**消費生活センター通信 電動車いす(ハンドル形)の使用にご注意ください!**

高齢者などの戸外での移動手段としてハンドルがついた電動車いすの利用が増え、現在では全国およそ47万台販売されています。

しかし、電動車いす(ハンドル形)を運転中に道路などから転落したと思われる事故が全国で相次いで発生し、ここ3年間で13件の重症・死亡事故のうち、6人の死亡が消費者庁に報告されています。

**消費者へのアドバイス**

電動車いす(ハンドル形)の使用に際しては、特に次の点にご注意ください。

1. 運転に慣れるため、業者が実施する運転講習会などに参加しましょう  
新しく買い換えたりした場合も必ず乗り方の指導を個別に受けましょう
2. 運転前には、バッテリー残量の確認などを取扱説明書に従って必ず点検しましょう
3. 運転時の注意
  - ・道路の端には寄り過ぎない
  - ・クラッチを切って坂道を下らない
  - ・砂利道、滑りやすい場所、舗装されていない道では乗らない
  - ・踏切内では線路に対して直角に渡り、脱輪しないようにする



ご心配なときは消費生活センターまでご連絡ください。【問い合わせ】消費生活センター ☎01654②3575

## 道営住宅入居者の募集

- ▼書類配布 5月12日(火)～29日(金) (土・日・祝除く)
- ▼募集受付 5月27日(水)～29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、申込窓口へお越しください。仮審査のうえ、入居適格者には申込書をお渡しします。必要書類を添えて提出していただきます。
- ※障がいをお持ちの方は障害者手帳などをご持参ください。
- ▼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。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 6月4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



## ▼募集住宅

団地名	住所	規格	家賃	建築	階数	備考
サンピラー名寄A棟	142号 西2南11	3LDK 74.6㎡ 1戸	23,700～35,300円	H8	4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	24,000～35,700円	H9	4階	世帯向け
マーガレットヴィラA棟	333号 西2南11	3LDK 73.6㎡ 1戸	23,600～35,200円	H11	3階	世帯向け
マーガレットヴィラB棟	431号 西2南11	2LDK 63.1㎡ 1戸	20,200～30,200円	H11	3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。  
 ※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。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。

## 申・問

〇&R名寄建物コンソーシアム(西4南9大野ビル1階)  
 ☎01654③3711  
<http://raioroputo.com/douejikutaku/>

## 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次の交付金を利用できます。

### 【交付金対象事業】

#### ▼防災資機材整備事業(A)

- ▽支援可能なもの
- ①組織準備用資機材 ヘルメット、スコップ、ロープ、土のう、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、携帯無線機など
- ▽支援額 経費の3分の2 ※上限5万円
- ※災害被害などで、新たに対応が必要な場合は、相談ください。

#### ▼地域防災活動事業(B)

- ▽支援可能なもの
- ①啓発活動 パンフレット等印刷、資料購入など
- ②訓練活動 防災訓練の実施など
- ③研修活動 防災知識向上のための研修会開催や参加
- ▽支援額 ①②経費の3分の2、③経費の全額 ※上限2万円

### 【申請受付】

申請は年度内に1回のみ  
 ※A B両方を申請する場合は

上限6万5000円  
 申・問  
 防災・法制・訟務担当  
 3階(内線3327)

## ご存知ですか? 行政相談

【行政相談委員】  
 総務省から行政相談委員が委嘱されました。

▼名寄地区 高田 護氏

▼風連地区 関下 富士男氏

【行政相談】  
 国の仕事など行政全般についての苦情や、制度・運営に対する意見・要望などをお聞きし、その解決や、実現の促進・運営の改善に向け、公正・中立な立場で行政相談委員が皆さまの相談に対応します。

### ▼名寄地区

▽とき 毎月第2木曜日 13時～16時

▽ところ 駅前交流プラザ「よろいな」消費生活センター内

### ▼風連地区

▽とき 随時

▽ところ 行政相談員宅(風連町138)または電話(☎01655③2756)

消費生活センター市民相談(☎01654③2111)

(内線3616)

## 二次予防事業の対象者把握事業を実施します

市では、今年度に65歳以上となる方に、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、北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3264)

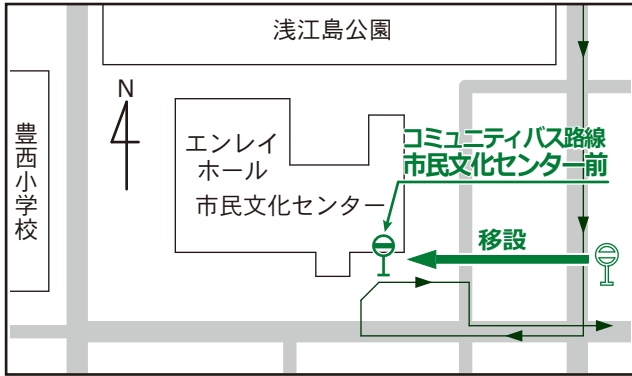


### バス停の移設

市民文化センター大ホール(ENIRAYホール)の開館に合わせ、バス停を移設します。

移設によってバスと市民文化センターが直結し、便利になります。どうぞご利用ください。

- ▼路線 コミュニティバス路線
- ▼バス停 市民文化センター前
- ▼移設日 6月1日(月)



名 問  
1 階 (内線3309)

### 中名寄線路線バスの運行時刻が変更

風連病院発5便および士別発4便を変更します。

- ▼路線 中多寄線
- ▼変更日 5月1日(金)
- ▼新時刻表

便	風連病院発	下多寄	30線西3号	日向温泉	多寄	士別着
※1	1		7:50	→	7:58	8:15
※1	2	8:05	8:11	8:19	→	8:28
※2	3	10:40	10:46	10:54	11:05	11:34
※2	4	15:00	15:06	15:14	15:25	15:54
	5	17:15	17:21	17:29	→	17:38

便	士別発	多寄	日向温泉	30線西3号	下多寄	風連駅前着
※1	1	7:20	7:35	→	7:43	7:52
※2	2	9:40	9:55	10:08	10:19	10:28
※2	3	14:00	14:15	14:28	14:39	14:48
	4	16:30	16:45	→	16:53	17:02
	5	18:30	18:45	→	18:55	

名 問  
1 階 (内線3309)

※1 登校日のみ運行  
※2 日向温泉で乗降の方は運賃無料

士別軌道(株)  
☎0165(2)34151

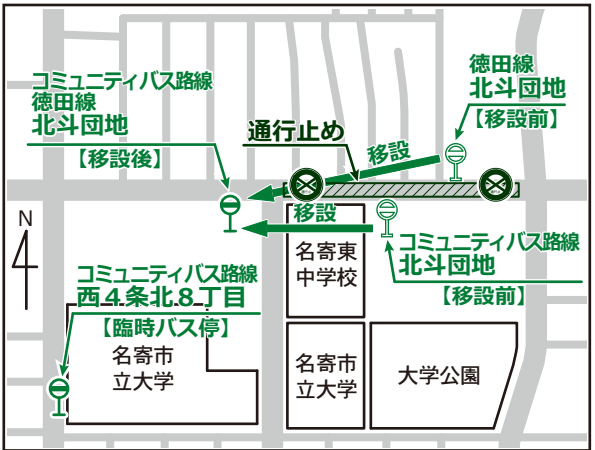
### 市道11線が車両通行止め

昭和通道路改良舗装・雨水管渠整備工事のため、道路が通行止めになります。

また、通行止めに伴い、路線バスの迂回運行とバス停の移設および臨時バス停を設置します。

- ▼【通行止め】
- ▼ところ 大橋(市道11線)
- ▼下図参照
- ▼工事期間 6月上旬～12月10日(木)予定
- ▼対象 車両
- ※歩行者は通行可能です。

- ▼迂回運行路線
- ▼コミュニティバス路線
- ①バス停「北斗団地」移設
- ②臨時バス停「西4条北8丁目」設置
- ▼徳田線
- ①バス停「北斗団地」移設



▼迂回運行期間 6月1日(月)～12月10日(木)予定

通行止めについて

問 都市整備課管理係

風 2階(内線214)

名 問 路線バスについて

3階(内線3309)

### 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10日(日)  
6月7日(日)
- ※事前予約が必要です
- ④行政相談 13:00～16:00  
とき 5月14日(木)  
6月11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 旭川地方務局名寄支局  
☎01654②2349
  - 心配ごと相談 9:00～17:00  
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

### ご寄附

ありがとうございます

(順不同・敬称略)

▼小学生の教材として

○養鳴 巍

▼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)

○田渕 夏子

○川原 夏子

▼市立総合病院のために

○納田 幸一

▼市民ホールのために

○佐々木 雅之

# 市民カレンダー 5月 May

日	月	火	水	木	金	土
<b>児童生徒の帰宅時刻</b> <b>小学生</b> 18時 <b>中学生</b> 19時 <b>高校生</b> 21時 児童生徒補導協議会 (小中高等学校)	<b>大型連休企画</b> <b>博物館で</b> <b>あそぼう!!</b> 5/6まで北国博物館	<b>風連陶芸センター陶芸教室</b> <b>■とき 5/14(木)、28(木) [要予約]</b> ①9:00~12:00 ②13:00~16:00 ③18:00~21:00 <b>■費用</b> 粘土代 1Kg200円 <b>■持ち物</b> エプロンなど <b>■申し込み・問い合わせ</b> 風連陶芸センター ☎01655③2743 詳しくは お問い合わせください			1	2・本の読み聞かせ 13:30 見 ・ゴールデンウィーク観望会(6日まで) 19:30~21:30 天 ・春季近隣中学生バドミントン大会(3日まで) 文
3 憲法記念日	4 みどりの日  名寄南小学校入学式	5 こどもの日 ・GWフェスティバル 高校バスケットボール大会(6日まで) 文	6 振替休日	7 ・運転免許更新時講習会 優良 13:00 文 一般 14:00	8	9・母の日プレゼント作り 13:30 見 ・EN-RAYホール開館記念式典 10:00~ 文 ・名寄地区会長杯争奪バスケットボール大会(10日まで) 文
10 ・風連中開校記念日 ・第63回なよろ憲法記念ロードレース 9:00 (開会式) 健		13	14 ・運転免許更新時講習会 初回 14:00 文 一般 17:30 ・教育相談センター 夜間相談 17:45~20:45 見	15	16 ・一輪車教室 10:00~11:30 見 ・本の読み聞かせ・工作 13:30 見	
17 ・名寄の第九 14:00 文 ・会長杯高校選手権卓球大会 文	18 ・運転免許更新時講習会 優良 18:00 文 違反 19:00 文	19	20 ・名寄中開校記念日	21 ・春のおはなし会(子育て支援センターこぐま) 10:00~11:30 ・夜間納税窓口 17:30~19:30 名寄庁舎 2階税務課	22 ・夜間納税窓口 17:30~19:30 名寄庁舎 2階税務課 ・高体連名寄支部バドミントン大会(24日まで) 文	23 ・一輪車教室 10:00~11:30 見 ・名寄駐屯地第27回春のコンサート 18:00 文
24	25 ・夜間納税窓口 17:30~19:30 名寄庁舎 2階税務課	26	27 ・チャレンジデー 2015	28 ・教育相談センター 夜間相談 17:45~20:45 見	29 ・「広報なよろ」6月号配布予定日 ・みずならショップ(産業高校名農キャンパス) 16:00~17:00	30 ・中学校体育祭(名寄中、名寄東中、風連中) ・本の読み聞かせ・工作 13:30 見
31	<b>かみかわ</b> <b>まるごと「食べに」</b> <b>よーなフェスタ</b> <b>～アスパラまつり～</b> 5.31.SUN 9:30~16:00 駅前交流プラザ「よーな」ほか 美味しいものを探しに行こう!			<b>全国春の交通安全運動</b> ストップ・ザ交通事故 5月11日(月)~20日(水)		<b>平和首長会議</b> 70周年 被爆70周年 国内加盟都市

文…市民文化センター    文…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「よーな」  
 福…総合福祉センター    シ…ピヤシリシャンツェ    ピ…ピヤリスキー場    健…なよろ健康の森    ふ…ふうれん地域交流センター

**ひとのうごき** 平成27年3月末日現在

- 人口 28,726人(-331) ●世帯数 14,211世帯(-126)
- 男 13,967人(-195) ●女 14,759人(-136)
- 外国人住民登録者 68人(0) ※ ( ) は前月末比

**AIR TESSHI 78.8** 市からののお知らせ、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～  
 ※災害時には防災・緊急情報をお知らせします。

**広報なよろ** 平成27年5月1日発行 第110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 8:45~17:30 ☎01654③2111  
 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 FAX01654②5644
- 風連庁舎 / 〒098-0507 北海道名寄市風連町西町196番地1 FAX01655③2510



広報誌は保存しておきましょう