


NAYORO

Public Relation

広報なよろ 

5

May 2016
No. 122

町内会に加入しましょう

4ページ

年に1回特定健診を
受けましょう

6 - 7ページ



名寄市
Nayoro City

チャレンジデー
2016

2 - 3ページ

名寄市の新しいコンテンツリーサー(インフォメーション) (名寄市公式ホームページ)

名寄市



名寄市公式
facebook

スポーツの力で日本を元気に！

チャレンジデー 2016

北海道

名寄市

- ◆人口 28,614人
- ◆参加回数 23回目
- ◆通算成績 11勝11敗
- ◆去年の参加率 60.8%

※平成28年2月1日現在の人口

鹿児島県

阿久根市

- ◆人口 21,882人
- ◆参加回数 7回目
- ◆去年の参加率 41.2%

鹿児島県北西部に位置し、高松川河口の阿久根港を中心に海運業・商業などの栄えたまちです。温暖な気候を利用した農業や水産業が盛んで、特産品の「阿久根ポンタン」は全国有数の生産量を誇ります。

徳島県

三好市

- ◆人口 28,184人
- ◆参加回数 11回目
- ◆去年の参加率 60.5%

徳島県西部に位置し、四国一広大な面積を誇るまちです。県西部の中心として発展しており、黒沢湿原などの豊かな自然を有し、平家落人伝説の残る祖谷のかずら橋などの歴史的文化遺産もあります。本市との対戦は今回で3回目です。

今年は
対戦相手が
2市！

チャレンジデーとは

チャレンジデーは、毎年5月の最終水曜日に世界中で行われる住民参加型の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。名寄市としては旧名寄市時代から参加しており、今年で23回目の参加を迎えます。

今回は初の三つ巴対戦

今年の対戦相手は、「徳島県三好市」と「鹿児島県阿久根市」に決まり、初の三つ巴の対戦となります。なお、三好市とは、平成19年と平成22年にも対戦しており、今回も負けられません。市内各所で行われているイベントに参加したり、各自運動後の報告を積極的に行って勝利しましょう！

NAYORO

広報なよろ

平成28年5月号 (No. 122)

表紙	1
もくじ	2
チャレンジデー2016	2-3
町内会に加入しましょう	4
安全な登山・山菜取りを心がけましょう	5
年に1回 特定健診を受けましょう	6-7
市立総合病院からのお知らせ	8-9
広げよう 地域に根ざした思いやり (民生委員児童委員の紹介)	10-11
フォトでお知らせ - 広報版 -	12-13
名寄市立大学の窓から ～知への誘い～	14
サークル紹介	15
健康ガイド	16
もっと！もち米プロジェクト	17
男女共同参画社会の実現をめざして 天塩川だより	18
ひまわりのまちプロジェクト	19
体育施設オープン情報 E N - R A Y イベント情報	20
生きがい講座利用者募集 タッチケアサロンのご案内	21
消費生活センター通信	22
今日の手話	23
がんばろう東日本	24
施設のお知らせ	25-27
暮らしのお知らせ	28-33
裏表紙	34

5 / 25 WED

0:00~21:00

名寄市での取り組み

朝のラジオ体操会

朝6:20から!



◆とき 朝6:20

◆ところ 名寄小・スポーツセンター駐車場・

市民文化センター(西側駐車場)・名寄西小・名寄東小・中名寄小・智恵文中・風連中央小・旧東風連小・風連中・風連下多寄小・風連日進コミュニティセンター・保健センター・その他町内会の屋外(グラウンドなど)

※雨天時は屋内で開催。

※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!

①6:30 ②8:40 ③12:40 ④17:40

※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 北鼓童なよる演舞、一般の部

◆ところ スポーツセンターアリーナ(上靴用意)

◆申し込み・問い合わせ

市民文化センター ☎01654②2218

※5月13日(金)までに申し込みください。

当日は体育施設を大解放!

スポーツセンター、テニスコート、プールなど市内の体育施設を無料解放します。

※詳しくは各施設にお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 風連東地区運動広場(風連町新生町)

天塩川さざなみ公園P G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G G場(名寄市曙橋)

◆ゲートボール大会

8:30 スポーツセンターG B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。



15分体を動かしたら報告しよう

※報告は21:30まで受け付けています。

電話で報告



チャレンジデー集計本部

☎01654③2111

インターネットで報告

名寄市ホームページから

<http://www.city.nayoro.lg.jp/>



スマートフォン版



Let's Try 15min



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。



町内会の活動

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までご連絡ください。事務局で加入の手続きができます。



◆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)

アウトドア
シーズンが
やってきました

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 などの遭難事故に注意

本格的なアウトドアシーズンが到来し、登山・ハイキング・山菜取り等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、十分に注意して山の自然を楽しんでください。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

※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(木)~5月31日(火)は林野火災予防強調期間です。林野火災の出火原因は、「ゴミ焼き」「たばこのポイ捨て」「たき火」などの火気の取り扱い不注意や、不始末による人為的な過失によるものが大半を占めています。火災原因によっては、賠償責任が発生します。強調期間中はもとより、期間外においても林野火災を起こさないように注意してください。

野焼きなどを行う場合の注意点

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。

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

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

火のそばを離れず、必ず消火準備が整ってから行う

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

- ①ヒグマの目撃情報・山火事に関すること… 耕地林務課林務係(風連庁舎1階) ☎01655③2511(内線317)
- ②遭難予防に関すること… 防災・法制・訟務担当(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3380)
- ③ピヤシリ山・ピヤシリ自然休養林に関すること… 営業戦略課(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3341)

年に一度特定健診を受けましょう

平成26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26年度の名寄市国保特定健診受診率は30・7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が、本市は「表1」とおり40〜49歳の受診率が男女ともに低い状況です。

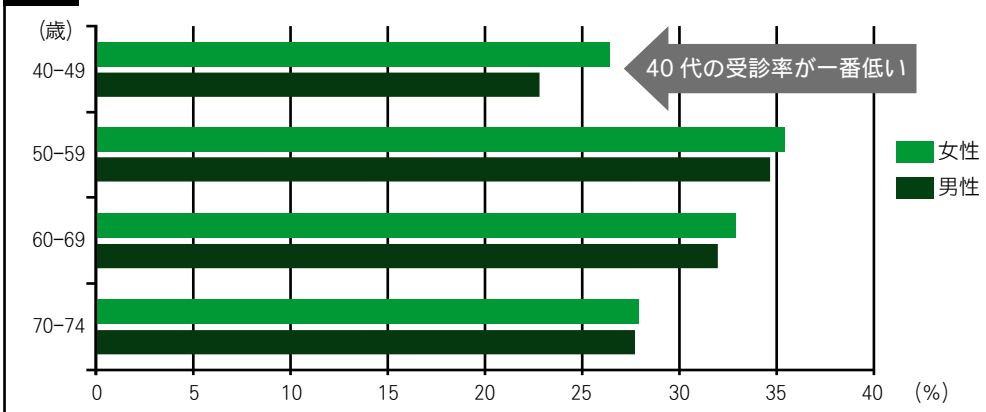
症状はなくても若いときから健診を受け続け、自分の生活・食生活を振り返りながら健康状態を確認することが大切です。



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

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

表1 平成26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、脂肪細胞内に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が促進されるため、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。



対象の方には5月中旬に受診券を送付します。
すでに申込済の方は、保健センターに受診券を用意しています
ので、健診時に持参する必要はありません。

平成28年度 特定健診の日程

※30歳以上の市国保加入者は無料で健診を受けられます。

種類	総合検診	組み合わせ検診	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22日(金) 7月23日(土) 7月24日(日) 7月25日(月) 7月26日(火) 7月27日(水) 11月1日(火) 11月2日(水) 平成29年1月12日(木) 1月13日(金) ふうれん健康センター 7月2日(土) 7月3日(日) 7月4日(月) 11月3日(木・祝) 平成29年1月14日(土) 1月15日(日) 風連日進コミュニティセンター 7月1日(金) 11月4日(金) 智恵文多目的研修センター 11月4日(金) 総合福祉センター 7月28日(木)	旭川がん検診センター 6月28日(火) 6月29日(水) 6月30日(木) 10月27日(木) 10月28日(金)	旭川がん検診センター 平成29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	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)

「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。



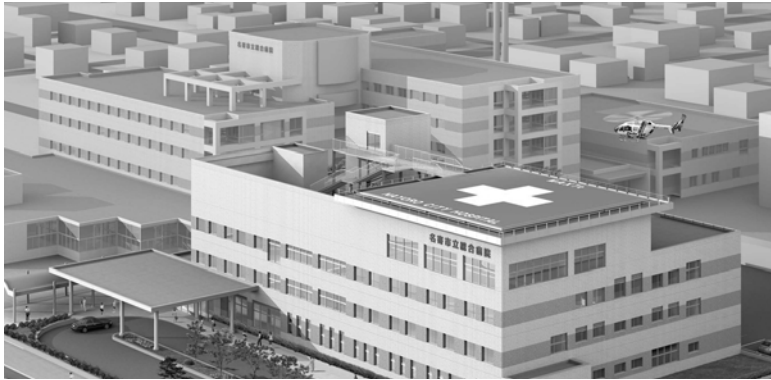
転職をきっかけに、今年初めて市の健診を受けた。糖尿病の治療の際にも検査するが、項目は多くないので今回の健診結果を主治医に見せて活かしたいと思う。養う家族がいるので倒れるわけにいかない。健康で働き続けるために毎年受診しようと思う。



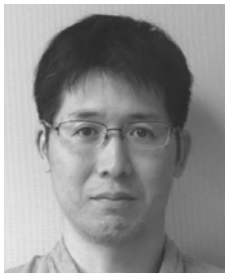
引っ越してきて初めて市の健診を受けた。こんなに詳しく検査の内容を説明してもらえると知らなかった。また来年も受けようと思う。



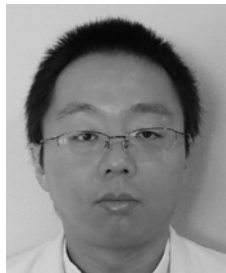
新たに着任した医師を紹介します



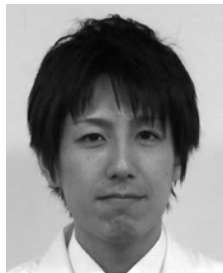
名寄市立総合病院は、地方・地域センター病院として、ICU病棟の設置、小児科24時間診療、サテライトクリニックの実施など、市民はもとより、道北地方の住民の皆さまの医療ニーズに応えられるよう基幹病院の役割を果たしており、平成27年度には、救命救急センターの指定を受けました。平成28年度は、17診療科69人体制で診療業務を行っています。今回、新たに着任した18人の医師を紹介します。



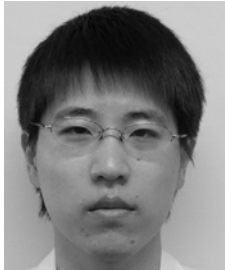
麻酔科
かつみ のりふみ
勝見紀文 医長



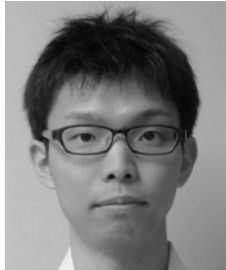
糖尿病代謝内科
ながしま ゆうき
永島 優樹 医長



消化器内科
こばやし ゆう
小林 裕 医員



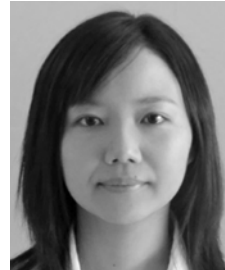
消化器内科
せんば けいすけ
仙波 佳祐 医員



小児科
まつもと なおや
松本 尚也 医員



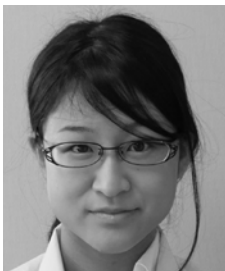
外科
えばた のぶたか
江畑 信孝 医員



外科・心臓血管外科
たかはし なな
高橋 奈七 医員



産婦人科
むらかみ こうじ
村上 幸治 医員



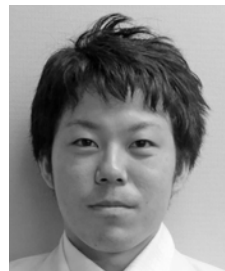
皮膚科
えばた かなこ
江畑 加奈子 医員



麻酔科
くれ けんた
呉 健太 医員



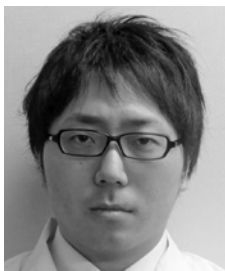
救急科
なかがわ けいた
中川 敬太 医員



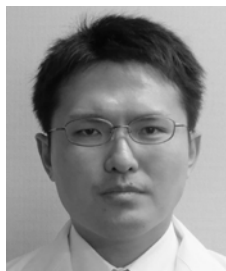
研修医
なかつ ともし
中津 知己 医師



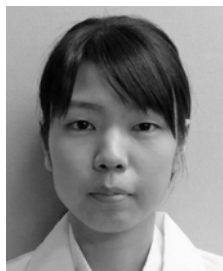
研修医
かまだ けいすけ
鎌田 啓輔 医師



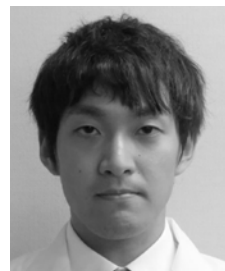
研修医
みつわ りゅうた
三輪 翔大 医師



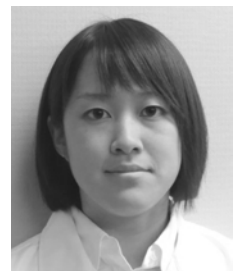
研修医
うえはら あきと
上原 聡人 医師



研修医
たかはし はるか
高橋 はるか 医師



研修医
くまくら じゅん
熊倉 隼 医師



研修医
さとう ほなみ
佐藤 帆奈美 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

外来診療の受付 (平成28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・3水曜日だけの診療です。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	午後		×	×	出張医	×	×	
消化器内科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
糖尿病・代謝内科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。新患の方は予約センターで予約してください。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	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。
	午後		○	○	○	○	○	
外科	午前		○	×	○	×	○	・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時から診療。 ・乳腺外来は月2回木曜日午後、予約してください。
	午後		×	×	○	×	×	
心臓血管外科	午前		×	○	×	○	×	・予約センターで予約可能。 ・下肢静脈瘤外来は予約が必要です。 ・■ = 下肢静脈瘤外来
	午後		×	○	×	■	×	
整形外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。
	午後		×	×	×	×	×	
脳神経外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・水曜日の受付は10時30分までです。
	午後		×	×	×	×	×	
産婦人科	午前		○	○	○	○	○	・母乳についての相談は外来に電話で確認ください。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		△	○	△	○	△	
眼科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。予約センターで予約してください。
	午後		○	○	○	○	○	
耳鼻咽喉科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・午後は14時から診療します。
	午後		○	○	×	○	○	
泌尿器科	午前		○	○	○	○	■	・完全予約制。新患の方のみ予約センターで予約してください。 ・■ = 特殊外来
	午後		×	×	×	×	×	
皮膚科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約できます。
	午後		×	○	○	×	○	
心療内科・精神科	午前		○	○	○	○	○	・初診は心療内科・精神科外来で直接予約。(水曜日は除く) ・再診予約の変更は予約センターで可能。
	午後		×	×	×	×	×	
麻酔科	午前		×	×	×	×	不定出張医	・予約センターで予約可能。 ・月1回出張医が不定期で診察します。
	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はいますが、あらかじめ予約することをお勧めします。

★医師の出張などにより、診療体制が変更になる場合があります。

●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)

●産婦人科母科学級は、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



◆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)

民生委員

地名
区寄

- ◆1区(南8丁目以北)
藤田 邦子(西5南7)
☎01654②1135
- ◆1区(南9丁目以南)
大澤 光(西6南9)
☎01654③0675
- ◆2区
北平 保夫(西3北2)
☎01654②4341
- ◆第3区
村上 芳文(西3南2)
☎01654③6458
- ◆4区
中山 妙子(西4南3)
☎01654③1111
- ◆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
伊賀 順子(大通南9)
☎01654③8201
- ◆9区
千々石 奈穂美(大通南5)
☎01654②2081
- ◆10区
岡崎 賢子(西2南3)
☎01654②0071

- ◆11区
池田 幸真(西2南2)
☎01654③9206
- ◆東12区(北3丁目以南)
下澤 道子(東4北4)
☎01654③9171
- ◆東12区(北4丁目以北)
國崎 拓也(東4北6)
☎01654③7035
- ◆西12区
梅野 典子(西1北1)
☎01654③2840
- ◆第13区・北東区
(中央通以北、北東区)
川又 恵美子(東3北1)
☎01654③4398
- ◆第13区・北東区(中央通以南)
吉川 武夫(東4北3)
☎01654②1190
- ◆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
森谷 尚弘(大通南10)
☎01654②0421
- ◆16区
太田 國尾(西1南12)
☎01654③0239

- ◆17区
坂本 栄見子(西4北2)
☎01654③8731
- ◆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
永田 順子(西9北3)
☎01654②3846
- ◆21区
三品 勝之(西10北3)
☎01654③3773
- ◆寺町区
田畑 義孝(西7南2)
☎01654③2654
- ◆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)
小平 一郎(西4北6)
☎01654②1745
- ◆栄町区・中島区
(中央通以南、中島区)
吉川 ひろ子(西11南1)
☎01654②5505
- ◆栄町区・中島区(中央通以北)
藤平 昭夫(西12南1)
☎01654③0872
- ◆西町1区
柚留木 保秀(西11南3)
☎01654③6890

- ◆西町2区(豊栄通以东)
原田 友子(西13南5)
☎01654②3181
- ◆西町2区(豊栄通以西)
齋藤 直美(西14南6)
☎01654②1573
- ◆西町3区(西12条以西)
中林 かつ枝(西12南7)
☎01654③6252
- ◆西町3区(西11条以东)
渡辺 すみ子(西11南8)
☎01654③6844
- ◆大町区
山本 幸雄(西7北4)
☎01654③8011
- ◆麻生(西6条以东)
杉永 松代(西5南10)
☎01654③5462
- ◆麻生(西7条以西)
宮下 省三(西5南11)
☎01654②5368
- ◆旭栄区
宮越 豊美(東6南2)
☎01654③7257
- ◆高見区
中村 幸尚(緑丘13)
☎01654③4018
- ◆旭ヶ丘区・南が丘区
三浦 孝幸(緑丘40)
☎01654②4843
- ◆旭東区
松島 廣志(東5南2)
☎01654③7017

- ◆旭東北区
松本 昇(東4北8)
01654③4084
- ◆北斗区
森岡 恵美(大橋90)
080583715953
- ◆新北斗団地
佐藤 いづみ(大橋75)
01654③6790
- ◆大橋商工団地
矢合 利幸(西8北8)
01654②5091
- ◆大橋区(西8条以西)
飛田 聖(西8北5)
01654③2489
- ◆大橋区(西7条以东)
田畑 穂積(西10北7)
01654②2139
- ◆砺波
横山 正範(砺波619)
01654②5329
- ◆日進
遠藤 洋子(日進105)
01654②4569
- ◆豊栄区・共和(豊栄川以北)
佐藤 真弓(西11南11)
01654③0654
- ◆豊栄区・共和(共和、豊栄川以南)
橋本 香代子(共和360)
01654③4256
- ◆弥生
木田 芳夫(弥生307)
01654③5089

- ◆曙
阿部 勇(曙421)
01654②4248
- ◆徳田区(17線以南)
鈴木 國雄(徳田337)
01654②3610
- ◆徳田区(17線以北)
相馬 民男(徳田57)
01654③5492
- ◆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・内刈
鈴木 俊一(瑞穂639)
01654③2054
- ◆ノースタウン区
武内 弥生(東1北6)
01654②5641
- ◆鉄道区・サンピラー区・マーガレットヴィラ区
松井 栄子(西2南11)
01654②1246
- ◆智恵文智北
越 郁夫(智恵文15線北29)
01654⑧2437
- ◆智恵文八幡・北星
蓑輪 千恵(智恵文11線北23)
01654⑧2424

民生委員 智恵文地区

- ◆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
安芸 君代(智恵文11線北2)
01654⑧2750
- ◆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
木之内 與(智恵文12線南46)
01654⑧2249
- ◆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、旧南町)
中尾 朋子(風連町本町68)
01655③2062
- ◆新大町
大野 洋子(風連町大町36)
01655③2433
- ◆風連北栄
藤原 士二栄(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)
天沼 勉(風連町西町1)
01655③2870
- ◆風連2区
片山 キヨ子(風連町西町205)
01655③2739

民生委員 風連地区

- ◆下多寄
新井田 洋(風連町瑞生69)
01655③2610
- ◆風連豊里
及川 唯夫(風連町豊里19)
28)
- ◆風連アカシヤ
住田 信幸(風連町中央166)
01655③3308
- ◆東風連(旧9区)
伊藤 孝義(風連町豊里882)
01655③3428
- ◆東風連(旧9区以外)
小林 修(風連町東風連374)
01655③4075
- ◆風連旭
中野 律子(風連町旭2137)
01655③3270
- ◆風連日進(旧12区)
横田 則子(風連町日進3550)
01655②6432
- ◆風連日進(旧13区)
中村 美佐代(風連町日進5100)
01655②6266
- ◆西風連
櫻山 さつき(風連町西風連204)
01655③3525

- ◆児童委員 全地区
◆第9区(南地区)
稲場 由美子(西1南5)
01654②2487
- ◆栄町区(北地区)
川口 昭子(西13南1)
01654②5244
- ◆瑞穂区(西地区)
宗万 広美(瑞穂354)
01654②5519
- ◆旭栄区(東地区)
吉川 一茶(東7南1)
01654③8890
- ◆旭ヶ丘区(南地区)
笹原 博幸(徳田4)
01654③1053
- ◆旭東北区(東地区)
岩端 裕見子(東4北8)
01654③8877
- ◆大町区(北地区)
武田 智恵子(西5北4)
01654③6962
- ◆豊栄区(西地区)
中村 洋子(豊栄219)
01654③4234
- ◆風連南区(風連地区)
田中 多喜子(風連町緑町30)
01655③3890
- ◆風連北栄区(風連地区)
西村 陽子(風連町北栄町15)
01655③3257





市民や関係者とともに10年目のスタートを切る

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。

PICK UP

市制施行10周年記念式典を開催

3月27日は旧風連町と旧名寄市が合併し、新たな「名寄市」が誕生してから10年目の日。その節目を祝う記念式典がこの日、市民文化センターE-N-RAYホールで開催され、関係者や市民など400人が会場に集まりました。



その後のアトラクションでは、ピアニストの渋谷藍香さんと中村幸さんのピアノ演奏と名寄ピヤシリ少年少女合唱団による合唱が披露され、名寄市の10年目の節目を華やかに彩りました。



式典では、市民憲章を朗唱したあとに、加藤市長、黒井議長の挨拶と続き、新市の誕生と市政の発展に貢献された15人の方を市制施行10周年特別功労賞として表彰し、加藤市長から表彰状が手渡されました。また、昨年10月から11月までデザインを募集していたカントリーサインの発表も行われ、デザイン考案者の永井伸さんを表彰。



PICK UP

地方創生の実現に向け金融機関と連携協力



▲北星信用金庫 (3月29日)



▲北海道銀行 (3月29日)



▲北洋銀行 (3月30日)

平成27年10月に策定した「名寄まち・ひと・しごと創生総合戦略」の推進と実現に向け、市と地域金融機関との「地方創生に係る包括連携協力に関する協定調印式」が3月29日と30日に行われました。今回、市と協定を結んだのは、市内に店舗を置く北星信用金庫と北海道銀行、北洋銀行。協定の締結により、産業や観光、スポーツの振興など多岐にわたる分野で官民一体となった連携・協力を推進し、地方創生の実現を目指します。



金融機関と協定調印式

4/1 阿部雅司さんが スポーツ振興アドバイザーに



リレハンメル冬季オリンピック（1994年）ノルディックスキー複合団体で金メダルを獲得した阿部雅司さんが、名寄市のスポーツ推進アドバイザーに就任しました。この日、市役所名寄庁舎で辞令交付式が行われ、その後の記者発表で、阿部さんは「ジュニア育成を強化し、子どもたちの可能性を出していきたい」と抱負を述べました。阿部さんは、今年度から新設されたスポーツ・合宿推進課に配属され、特別参与（嘱託職員）として名寄市の冬季スポーツ拠点化に向けての活動に尽力されます。

冬季スポーツ拠点化の活動が熱くなる

3/20 名寄高校吹奏楽部 定期演奏会



「アムール(愛)」と題し、第24回定期演奏会が市民文化センターで開催。全3部構成で、さまざまなジャンルの楽曲演奏のほか、音楽劇や合唱などを披露し、訪れた観客を楽しませました。

演奏会の間に3年生の卒部式も開催

4/7 名寄南小入学式



今年完成した名寄南小学校の新校舎で、入学式が行われました。拍手のなか、新入生82人が担任の先生とともに入場し、楽しい学校生活のスタートを切りました。

新入生の紹介では元気な声で返事をしていました

PICK UP カントリーサインが 変わりました



本市のカントリーサインが、市制施行10周年を記念し、新たなカントリーサインに生まれ変わりました。デザインは、名寄が誇る星空と一面に広がる田んぼを背景に、特産物であるもち米の稲穂・ひまわりを伸びゆくもちで表現したもので、弧を描くもち米の稲穂には、名寄市が円満に発展してほしいという願いが込められています。昨年10月から公募し、全国から集まった105点の応募作品から有識者会議、選考委員会を経て選ばれました。

※写真は、国道40号の士別市との境界に設置された新しいカントリーサインです。

名寄市の新たな顔が仲間入り

4/15 交通安全 旗の波啓発運動



4月6日(水)から始まった「春の交通安全運動」最終日に、国道40号沿い市内百貨店前で開催。交通安全運動推進委員会加入団体など56団体・250人が参加し、交通安全を啓発しました。

国道40号沿いで黄色い安全旗を掲げる

保健福祉学部 看護学科

准教授 深川 知恵子

内閣府の統計では、2014年の65歳以上の高齢者人口は3300万人、高齢化率は26パーセントとなり、まさに国民の4人に1人が高齢者です。2013年の平均寿命は、男性が80・21歳、女性が86・61歳です。さらに、死亡率の1位は悪性新生物(がん)です。いまや、国民の2人に1人ががんになり、もう1人は認知症になるといわれています。できれば、どちらも避けたい病気です。

BPSDは人によって現れ方が異なり、自分が置いたところを忘れて「盗まれた」という物盗られ妄想や配偶者が浮気をしていると思いつまむ嫉妬妄想、不安、焦燥、抑うつ、幻覚、徘徊などの症状があります。これらの症状は、認知機能障害に心理的・状況的要因が加わって二次的に生成されるといわれています。

認知症を引き起こす病気で最も多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく変性疾患と呼ばれる病気で、アルツハイマー病、前頭側頭葉変性症、レビー小体病などがあり、続いて多いのが脳梗塞や脳動脈硬化などのため、神経細胞に栄養や酸素が行きわたらなくなった結果、細胞が死んだり神経のネットワークが壊れてしまう脳血管障害(血管性認知症)です。原因疾患によって治療法や対処方法が異なるため、鑑別診断

が重要です。早期治療で認知症の進行を遅らせる可能性があります。

認知症を予防する対策は大きく分けて2つあります。1つは認知症になりにくい生活習慣を心がけることで、食習慣では野菜や果物、魚赤ワインなどを摂取し、運動習慣では週3日以上の有酸素運動を行い、知的行動習慣として文章の読み書きをする、ゲームをする、博物館へ行く、他人とよくお付き合いするなど、睡眠習慣は30分未満の昼寝と起床後2時間以内に太陽の光を浴びることです。

もう1つは、認知症で低下する3つの能力を簡単なトレーニングで鍛えることです。「エピソード記憶」は、2〜3日遅れの日記をつける、レシートを見ないで思い出して家計簿をつけるなどで鍛えられます。「注意分割機能」は、料理を作るときに一度に何品か同時進行で

コミュニティケア教育研究センターを開設しました


平成18年4月に開学し、今年で10周年を迎えた名寄市立大学では、新たな教育・研究や地域貢献の拠点として「コミュニティケア教育研究センター」を設置し、4月1日よりスタートしました。

本センターでは地域が抱える種々の課題について研究し、解決することによって新しいケアの未来をひらくことを目的に、大学が有する高度な知識と技術や高い倫理性を十分に生かした活動を展開していきます。

本学教職員、学生はもとより、卒業生、地域住民の皆さまとともに、このコミュニティケア教育研究センターを創り上げていきたいと考えています。

※センターの詳細は、広報なよる6月号で掲載する予定です。

◆問い合わせ
名寄市立大学コミュニティケア教育研究センター
☎01654②4194(内線2111)



センター開設式の様子



わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

あやめ会 (手芸同好会)

手編みの良さと
高級感を体験できる

●活動日時

月曜(月2回不定期)
13:00~16:00

●活動場所

市民文化センター

●会費

月額 500円

●連絡先

小平 知恵さん
☎01654②3840



あやめ会は、平成12年に花井ハマ工を会長、小平知恵を講師として、「手芸同好会すみれ会」を発足。その後、平成13年に現在の名称に変更し活動を続けています。

現在、会員は30人で、月に2回の活動で皆で楽しく、教え合いながら親睦を深め、各々の手芸作品を製作しています。

製作した作品は、前身のすみれ会のところから16年間毎年、市民文化祭の作品展に展示しています。

手づくりの手編みの良さと、高級感をたくさんの方に体験していただきたいと思っています。また、機械編みについても指導しています。

経験や年齢は問いません。自分の手で自分の着るものを作りたいと思っている方は入会してみませんか。お待ちしております。



阿波おどりグループ 風舞連

心は一つ
「踊る阿呆」の集まり



- 活動日時 木曜 19:00~21:00
- 活動場所 ふうれん地域交流センター
- 会費 正会員 年額 大人6,000円、子ども2,000円
賛助会員 年額 2,000円
- 連絡先 宮崎 敬市さん ☎01655③4387

「風舞連」は、平成3年6月、旧風連町の白樺まつりに、友好交流都市東京都杉並区の高円寺阿波おどり親善訪問団の初訪問をきっかけに結成されました。その後、練習を積み重ね、平成5年6月の白樺まつり前夜祭で、高円寺の皆さんの後ろについて、風連の駅前通りを踊ったのが風舞連としての踊り始めです。

それから23年間、踊り手1万人、観客数120万人ともいわれる東京高円寺阿波おどり大会への参加を続けています。また、市内や近隣市町村はもとより、札幌市、帯広市、浜頓別町など道内各方面から招待をいただき、楽しく踊っています。

阿波おどりの本場は徳島ですが、その流れを汲む東京高円寺の人たちによって、最北の地に伝承された私たちの阿波おどり。西の「徳島」、東の「高円寺」、そして北の「名寄」と誇りを持って、いつしか名寄市一つの郷土芸能と言われるように、頑張っていきたいと思えます。

阿波おどりは、老いも若きも一緒になって楽しむことができ、風舞連では8歳児から70歳代と年齢層も幅広く、職業も農業、公務員、会社員、主婦など異業種集団ですが、心は一つ「踊る阿呆」の集まりです。踊れば踊るほどに奥深い阿波おどり。さあ、皆さんもぜひ一緒に踊ってみませんか。

「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。

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29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。

家族・友人など
誘い合わせのうえ
参加ください



■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31日(火)

2 歩く

各自で歩数を記録する。

報告

毎月月上旬に前月の総歩数を報告。

続ける

平成29年2月分まで2と3を続ける。

中間発表

9月24日(土)に総合福祉センターで開催される「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。

平成29年3月に上位入賞者の表彰を行います。

表彰



3月に行われた表彰式の様子

■実施期間

6月1日(水)～平成29年2月28日(火)

■申込方法

5月31日(火)までに電話、FAX、市ホームページなどで申し込む

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。健康マイレージについて詳しくは23ページをご覧ください。



献血にご協力ください



5月1日(日)	10:00～16:00	イオン名寄ショッピングセンター
30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)
31日(火)	10:00～16:00	名寄市立大学
6月1日(水)	10:10～16:00	西條(株)名寄店
2日(木)	10:00～16:00	名寄市役所(名寄庁舎)
3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3221)



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 9時～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・3～5日 市立総合病院

☎01654③3101

8日 名寄三愛病院

☎01654③3911

15日 たに内科クリニック

☎01654③1223

22日 あかいし内科医院

☎01654③7177

29日 あべクリニック

☎01654⑨7011

6月5日 市立総合病院

☎01654③3101



…救急医療情報案内……

フリーダイヤル

☎0120(20)8699

子育て保健 ミニカレンダー



5月

- 10日(火) ちびっこひろば①
- 13日(金) 親子ふれあいひろば
- 16日(月) 股関節脱臼健診
- 17日(火) ちびっこひろば②
- 19日(木) 7カ月児健診・BCG
- 20日(金) もぐもぐ離乳食教室
- 24日(火) ちびっこひろば③
- 26日(木) 4カ月児健診
- 27日(金) 親子ふれあいひろば
- 30日(月) 赤ちゃん計測日
- 31日(火) 1歳6カ月児健診

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

もっと！ もち米プロジェクト

13

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312)
ホームページ
<http://nayoro-mochigome.com/>

本市では、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。

「もちもち料理教室」を開催しました！

3月26日(土)に「春休み！親子で作ろう！！もちもち料理教室」を開催しました。講師に札幌で活躍されている名寄市出身の料理研究家・^{のりき}範囲有紀さんを招き、もちを使ったシチューや白玉粉を使ったパンなど、家庭で簡単に作れるメニューを教わりました。



まずは先生から作り方のお手本



ジャガイモの皮むきに挑戦！



たまねぎ切りは目にしみる…



お父さんと一緒に作ります




お肉のいい匂いがしてきた！



どんなパンができるかな～

料理教室で作ったメニューを
ひとつ紹介します！



白玉粉で作る **クイックブレッド**
(レシピ制作：範囲有紀さん)



もち米が原料の「白玉粉」を使って作るパン。チーズの良い香りともちもちの食感がとってもおいしいんです。すごく簡単に作れるので、ぜひお家で作ってみてください。


- ◆材料
- ・たまご(M玉)…1個
 - ・牛乳……………100ml
 - ・白玉粉……………150g
 - ・粉チーズ……………30g
 - ・塩……………少々
- ※4人分(小12個分)の分量です。

- ◆作り方
- (下準備)オーブンを200度に温めておく。
- ①ボウルに卵を割りほぐし、牛乳を加えてよく混ぜ合わせる。
 - ②①に白玉粉、粉チーズ、塩を加えて練り合わせ、12等分にして丸める。
 - ③天板にオーブンシートを敷いて②のをせ、オーブンで20分焼く。

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13

商品名 **ソフト大福** / 販売者 (株)もち米の里 ふうれん特産館

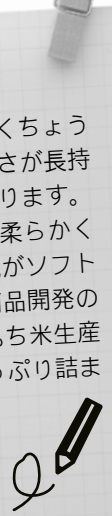
道の駅で販売されているおなじみのソフト大福は、年間150万個以上の売り上げを誇るベストセラー商品です。原料には名寄産もち米のほか、中身のあんこに北海道産の小豆と手亡豆を使用しています。全17種類の中で一番人気は「よもぎ」と「塩豆」。そのほか「ハスカップ」や「メロン」など、北海道らしい素材を使用した大福も好評です。また、大きさがひとまわり小さくなり、味がさらにパワーアップした「ソフト大福リッチ(個包装)」シリーズが4月末から新登場。ぜひお試しください！



※手亡豆…白インゲンの一種。白あんの原料のひとつ

商品メモ

名寄産のもち米「はくちょうもち」には、柔らかさが長持ちする品種特性があります。その特性を活かし、柔らかくキメの細かい餅生地がソフト大福の特徴です。商品開発の努力はもちろん、もち米生産者の熱い思いがたっぷり詰まった商品なんです。





男女共同参画社会を実現するために

男性にとっての男女共同参画

「男女共同参画」は、男性にとっても生きがいのある社会を目指すうえで重要な課題です。例えば、このような経験はありませんか。

- ・毎日残業が多く、仕事と生活のバランスが取りにくい。
- ・育児休業の取得を言い出しにくい職場の雰囲気があった。

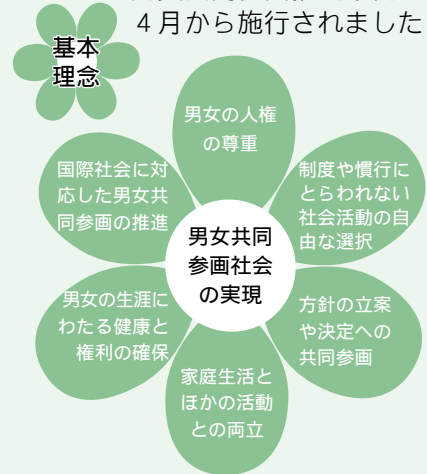
男女共同参画社会を実現するためには、性別による役割分担意識の解消や、長時間労働の抑制などの働き方の見直しによって、男性にとっても地域や家庭へ参画しやすい環境づくりが求められます。

固定的性別役割分担意識

「男は仕事、女は家庭」などのように、性別を理由として役割を固定的に分ける考え方のことを「固定的性別役割分担意識」と呼んでいます。この考え方により、女性が社会進出を阻まれてきた、ということはよく言われていますが、男性も「男は仕事」「男は強くなければならない」など、性別による役割の固定化を受けてきたと言えます。



男女共同参画推進条例が4月から施行されました



問い合わせ

企画課

男女共同参画担当 (名寄庁舎3階)

☎01654③2111 (内線3305)

✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

剣淵町 けんぶち桜まつり

とき 5月8日(日) 11:30~14:00
ところ 桜岡キャンプ場(剣淵町東町)
内容 桜満開の自慢の景観、桜岡公園での楽しいお祭り。近くの桜岡湖水でのカヌーを楽しめるほか、イベントくじや、もちまきなど盛りだくさんの内容です。

問い合わせ 剣淵町観光協会
☎0165(34)3848

和寒町 三笠山夜桜まつり

とき 5月13日(金) 18:00~20:00
ところ ふれあいのもり (和寒町三笠・研修館「楡」向かい)
内容 桜を眺めながら、和寒名物のジンギスカンが味わえ、カラオケ大会や特産品が当たる抽選会などが行われます。

問い合わせ 和寒町観光協会
☎0165(32)2341



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

西興部村 「木夢」のゴールデンウィークイベント

とき 5月6日(金)まで 10:00~17:00
ところ 森の美術館「木夢」

- (西興部村字西興部276)
- ①木工体験教室(要予約)
5月1日(日) 14:00~16:00/定員各10人/参加費500円/テーマ武者人形
 - ②特別木工教室(要予約)
5月3日(火) 14:00/定員10人/参加費500円/テーマ兜飾
 - ③ウィンドアンサンブル・ポロゴコンサート
5月4日(水) 14:00~15:00
 - ④子どもの工作教室
5月5日(木) 11:00、14:00/定員各20人/参加費無料/テーマ花の風車

問い合わせ 森の美術館「木夢」
☎0158(87)2600

ひまわり のまち プロジェクト

名寄市のまちを「ひまわり」で
いっぱいにしてしよう！

市では、本市を訪れる皆さんを「ひまわり」でお迎える「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、全国的にひまわりで元気を発信するため、次の活動を行っています。



ひまわりボランティア (募集中)

市内を彩る「ひまわり」の育てる作業をお手伝いするボランティアです。今年サンピラーパーク内での作業を行います。

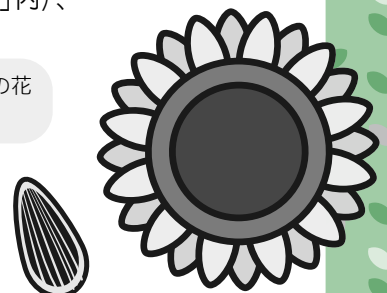
- ◆ひまわりを大切に育てられる方なら誰でもOK
個人・団体を問いません。また無償ボランティアとなります。
- ◆ボランティアの仕事
6月に種まき、7月に除草などシーズン中に2～3回の作業を行います。
- ◆登録が必要
ひまわりボランティアは事前に登録が必要です。(電話またはメールで登録してください) 登録された方に日程と作業内容をお知らせしますので、都合の良いときに参加ください。
- ◆登録・問い合わせ
①営業戦略課(名寄庁舎3階)
☎01654③2111 (内線3343) ✉ny-eigy@city.nayoro.lg.jp
②NPO法人なよろ観光まちづくり協会(駅前交流プラザ「よるーな」1階)
☎01654⑨6711 ✉hatanaka@nayoro-kankou.com

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、いっしょに”ひまわりのまち”をつくりませんか？

- ◆ひまわりの種類
夏りん蔵(1メートルくらいに成長します。)
- ◆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「よるーな」内)、ふうれん地域交流センター
- ◆配布期間
5月9日(月)～31日(火)
- ◆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3343)

ひまわりの種は、6月上旬にまくと8月上旬にひまわりの花が咲く予定です。(天候により前後する可能性あり)



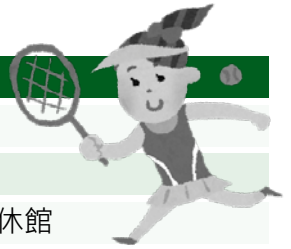
5月から順次オープン
予定です

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(日)	
市営球場	5月1日(日)	
B & G 海洋センタープール	5月22日(日) 予定	水曜の午前中休館
南水泳プール	5月15日(日) 予定	金曜の午前中休館
智恵文水泳プール	6月15日(水) 予定	



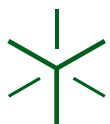
風連地区

【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(日)	全3コース、無料
風連テニスコート	5月1日(日)	風連B G 窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(日)	事前申込が必要です
風連B & G 海洋センタープール	7月1日(金) 予定	月曜休館

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

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



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!

6/5
SUN

「名寄の第九」メモリアルコンサート

昨年5月、こけら落とし公演にてEN - RAYホールの歴史の1ページ目を華々しく飾った「名寄の第九」。あれから1年。「第九」を歌い上げた合唱団が帰ってきます。



日本の合唱曲から世界の名曲、そして懐かしの「第九」まで、盛りだくさんでお届けします。

- とき 開場13:30/開演14:00
- 入場料 2,000円【全席自由】※当日は各500円増(前売りチケットは、EN - RAYホールチケットセンターほかで販売)
- その他 未就学児入場不可。託児なし

PICK UP!

6/7
TUE

日野皓正 & クインテット・コンサート

50年以上も世界の音楽シーンのトップを走り続け、今もなお世界を舞台に活躍するスーパージャズトランペッター日野皓正氏。その音色はパワフルかつ繊細で、聴くものの心をとらえて離さない。鬼気迫る演奏と唯一無二のオリジナリティ、そして高い芸術性が織りなす世界をお楽しみください。



鬼気迫る演奏と唯一無二のオリジナリティ、そして高い芸術性が織りなす世界をお楽しみください。

- とき 開場18:30/開演19:00
- 入場料 【全席指定】※各当日500円増
S席4,000円/A席3,000円/車いす席3,000円/親子観覧席1シート3,000円(前売りチケットはEN - RAYホールチケットセンターにて販売中)
- その他 未就学児入場不可。託児なし

CHECK!

5月
MAY

主なイベント

※カッコ内は主催者です。詳細はポスターやチラシなどをご覧ください。

- 5/7 sat. 17:00 Canon Presents ウィーン少年合唱団 (なよろ舞台芸術劇場実行委員会)
- 5/29 sun. 14:00 シニアコーラス和の会コンサート (シニアコーラス和の会)

平成28年 生きがい講座利用者を 募集しています

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】

第1・3水・金曜日
9:30～14:00

【2班】

第2・4水・金曜日
9:30～14:00

◆ところ

市民文化センター
(西13南4)



アートフラワー

◆とき

毎週火・金曜日
9:30～13:30

◆ところ

総合福祉センター
(西1南12)

シニアコーラス

◆とき

毎週木曜日
13:30～15:30

5月29日(日)に市民文化センターでコンサート開催!

◆ところ

総合福祉センター
(西1南12)



手芸

◆とき

毎週木曜日
9:30～15:00

◆ところ

総合福祉センター
(西1南12)

※定員になり次第、募集を締切らせていただく場合があります。

◆申し込み・問い合わせ

高齢介護課高齢福祉係(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3231、3232)

市立大学

要申込

タッチケアサロンのご案内

無料

赤ちゃんとの触れ合いを通し、育児やママのことなどおしゃべりしませんか？
タッチケアをしながら、皆さんと創るサロンです。お気軽にいらしてください。

とき

5月10日(火)～8月9日(火)

※毎週火曜日
14:00～15:30



対象

・生後12カ月までの
お子さんとその保護者
・妊娠中の方



ところ

コミュニティケア教育研究センター
(市立大学 恵陵館1階)

※天候により会場の変更の可能性あり。
(詳細は大学ホームページに掲載予定)

内容

・タッチケア(ベビーマッサージ)
・交流会(お茶会)
・育児相談
・身体測定 ※その他リクエストに対応します。

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

持ち物

・バスタオル
・ベビーオイル(使用している方)



※市立大学保健福祉学部看護学科4年生(4人)も実習として参加します。

◆申し込み・問い合わせ 市立大学 笹木研究室 ☎01654②4194(内線3216) ✉sasahappa@nayoro.ac.jp

投資用マンションの 強引な電話勧誘にご注意!

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 ☎01654③3575



事案



自宅や職場に「投資用マンションを買わないか」と電話があった。「買うつもりはないので、電話をかけないでほしい」と断ったら、「お前の家に行くからな。覚悟しろよ」と脅された。会社名を名乗ったが早口で聞きとれなかった、電話は非通知だった。迷惑な電話勧誘を止めてほしい。

◆契約するつもりがない場合は、毅然と断る

「必要ありません」「お断りします」と言ってすぐに電話を切りましょう。業者が怒って電話をかけ直してきたとしても、それは消費者を威圧して呼び出す業者の手口ですので応じてはいけません。

◆絶対に会わない

断るつもりで出かけても相手のペースに乗せられて、より一層困った事態になります。

◆着信拒否の設定をする

発信番号表示サービス(有料)などを利用して、業者の電話や非通知設定の電話を拒否することができます。電話会社に相談ください。



アドバイス



※契約してしまったら…

営業所以外の場所で、宅建業者が売主の物件を契約した場合は、書面を受け取ってから8日間はクーリング・オフができます。悪質な勧誘行為を踏まえ、宅地建物取引業法では以下の行為を禁止しています。

- ①勧誘に先立って、名称、目的を告げることなく勧誘を行うこと
- ②契約締結しない意思を表示した者に対する勧誘
- ③迷惑を覚えさせるような時間の電話・訪問勧誘

がん患者サロン 「よりみち茶話会」



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26日(木) 13:30~15:00

◆ところ

市立総合病院 2階和室

◆内容

食事について

◆申し込み・問い合わせ

市立総合病院 地域医療連携室
☎01654③3101(代)

健康づくり体操教室

◆とき

5月5日(木)
12日(木)
19日(木)
25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、自ぎょう術

◆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)

☎01654③2111(内線3231)



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!!

平成28年度 なよろ健康マイレージ

18歳以上対象

特典

- ①マイレージ達成でもれなく「達成賞」がもらえます。
- 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を贈呈。

期間

6月1日(水)～
平成29年2月28日(火)

対象事業

※①～③をクリアするとマイレージ達成になります。

- ①各種健診・検診の受診
→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・講演会などへの参加
→地区健康教室、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
- ※事業の詳細は、市ホームページや各公共施設等に掲示するポスターやチラシをご覧ください。

◆事務局・問い合わせ

保健センター(西2北5) ☎01654②1486

春季「在宅介護者の集い」を開催します

在宅で介護をされているご家族が、介護に関する悩み相談、レクリエーション活動などを通して介護者相互の交流とリフレッシュを図ることを目的に開催します。



とき

5月9日(月)
～15日(日)
10:30～14:30

ところ

(株)西條名寄店
1階テナント
(西4南8)

内容

「在宅介護者を支える会」指導による「ふまねっと運動」や介護に関する講話、介護相談を行います。曜日により、内容を変更します。詳細は社協だより5月号をご覧ください。

※申し込みは不要です。都合のよい時間にお立ち寄りください。

◆問い合わせ

社会福祉協議会(総合福祉センター内)
☎01654③9862

今月の手話

昨年、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、今月から1年間、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3270)

その2 「こんにちは」

1



「昼」という手話

やり方…片手の人さし指と中指を眉間にあてます。(顔を時計に見立て、時計の長針と短針が12時のところで重なるようすです)

2



「あいさつ」という手話

やり方…向かい合わせた人差し指を、会釈させるように折り曲げます。(お辞儀をし合うようすです)



解説

1の「昼」という手話と2の「あいさつ」という手話を続けて行くと「こんにちは」という手話になります。

今月の講師

上川北部聴覚障害者協会名寄支部 森 幸子さん

※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。毎年「手話奉仕員養成講座」を開催し、養成講座の講師を務めています。

がんばろう 東日本

2011. 3. 11

東日本大震災から5年

名寄市は被災三
県を応援します

岩手県 Iwate

観光

奇跡の一本松
▼(陸前高田市)

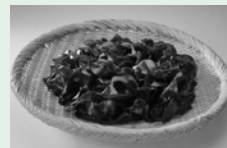


◀三陸鉄道



◀平泉(平泉町)

物産



◀わかめ

▼まめぶ汁



▼盛岡冷麺



東日本大震災津波からの復興にあたっては、全国の皆さまから多くのご支援と励ましを賜り、心から感謝申し上げます。

岩手県では、平成28年に復興の架け橋として「希望郷いわて国体・希望郷いわて大会」を開催します。

全国の皆さまに、ご来県いただき、岩手の魅力を知って、買って、食べていただくことが、復興の大きな力となります。

今後とも、岩手の復興への歩みと地域活性化に応援をお願いいたします。

岩手県市長会長 盛岡市長 谷藤 裕明



公民館



市民文化センター(西13南4)
 ☎01654②2218
 FAX01654②2356
 ☒nhbunsei@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)
 ふうれん地域交流センター内
 ☎01655③2620
 FAX01655③2321

市民文化センター

市民講座「なよろ入門」

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。

◆とき 5月19日(木)～平成29年3月2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)

◆申込期限 5月13日(金)
 ※詳しくは問い合わせください。
 (道民力レッジ指定講座)



児童センター



児童センター「ほっと21」(西11北2)
 ☎FAX01654④3465
 開館 9時～21時
 ※放課後児童の利用時間は13時～17時
 休館 日・年末年始

一輪車教室(初心者向け)



◆とき 5月14日(土)、21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 小学生・20人

◆持ち物 上靴

◆申込期間 5月2日(月)～11日(水)

◆申込方法 なよろっこ5月号に掲載の申込書に必要事項を記入し、窓口へ提出。
 ※一輪車のサイズ確認もあるため電話申込不可。

図書館



図書館名寄本館(大通南2)
 ☎01654②4751
 FAX01654②4897
 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)
 ☎FAX01655③2871
 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

◆とき 5月7日(土) 10時～30分

◆ところ 図書館名寄本館

◆会議室(2階)

◆対象 3歳以上～小学2年生

◆内容 絵本読み聞かせ、ストーリーテリング、工作

ミニ展示コーナー

「小学1・2年生向け
 おすすめ本」
 「庭づくり・畑づくり」

風連分館



ミニ展示コーナー
 「しかけ絵本」
 ◆おはなしタイム(水曜日)
 ◆とき 5月11日、18日 15時

◇対象 小学生

◆おはなしポケット(金曜日)

◆とき 5月20日 10時

◇対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日

1日(日)、3日(火)～5日(木)

8日(日)、15日(日)、22日(日)

29日(日)、31日(火)

本の読み聞かせなど



◆おはなしクラブ(金曜日)

◆とき 5月6日、13日、20日、27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19日 10時30分

◇対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日

2日(月)～5日(木)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

31日(火)



自動車文庫「やまゆり号」5月の巡回日程

【名寄地区】

6日(金)・18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
10・24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
11・25日(水)	緑丘第1団地	15:10～15:25
	サピラー・マ・ガレット 行道堂住宅前	15:35～15:50
12・26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
13・27日(金)	ノスタルジックふれあい会館前	15:25～15:40
	コデマリ公園前	15:50～16:05

【風連地区】

11日(水)	市街地区(野村様宅前)	10:35～10:45
	フロンティアハウス	10:55～11:10
18日(水)	下多寄地区(下多寄小学校)	10:15～10:40

博物館



北国博物館(緑丘22)
 〒165-5403 25755
 FAX 016554 25755
 E-mail: k.hakudokan@city.nayoro.lg.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8)
 ※冬期間休館(12月1日〜翌年3月31日)
 ※見学は北国博物館へ(月・土・日曜日、国民の休日は不可)

企画展(無料)

◆野外植物展

写真、リース、押し花など、
 いろいろな作品を通して地
 域の植物の魅力、自然の豊
 かさを伝えます。

◇とき 5月22日(日)まで

◇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(かみひろ)会長)

◆北国風景画同好会「風花」

作品展

北国博物館を拠点に活動す
 る水彩画サークルの作品展
 です。会員と三宅章(みけあきら)講師の
 描いた身近な風景画、静物
 画などを発表します。

◇とき 5月28日(土)〜6月
 26日(日)

◇ところ 北国博物館 ギャ
 ラリーホール(1階)

※A4判74ページ・1000円

◇主催 北国風景画同好会

「風花」(菊地 利明(きくち ともあき)会長)

◆博物館からの新刊行物

いずれも博物館で販売して
 います。送付希望の場合は「
 連絡ください。」

◆北国ブックレット

「名寄の文化財・史跡」

合併10周年記念事業として
 両地区の文化財・史跡など
 32の所在地、解説をまとめ、
 写真、地図を加えたもの
 ※A5判34ページ・500円



◆北国研究集録第15号

地域の自然、歴史などをテ
 ーマにした調査・研究活動
 を掲載。特定外来種ウチダ
 ガリガニ、天塩川流域のア
 イヌに関する調査研究など
 平成25、26年度の博物館事
 業報告を合わせた内容です。

※A4判74ページ・1000円

天文台



なよろ市立天文台「きたすばる」
 (日進17道立サンピラーパー
 ク星見の丘)
 〒165-5402 39956
 FAX 016554 20267
 E-mail: k.tasubaru@ayoro-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 9日(月)〜12日(木)、
 16日(月)、23日(月)、30日(月)

※2日(月)、6日(金)〜8日(日)は
 臨時開館、10日(火)〜12日(木)
 は臨時休館。

◆観覧料 大人410円、大
 学生300円、70才以上・
 高校生以下無料

◆天体観望

◇月面が見える日 13日(金)〜
 22日(日)

◆今月見える惑星 水星(下
 旬)、火星(下旬)、木星、土
 星(下旬)

※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(日)〜31日(火)
 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える日

1日(日)〜8日(日)、13日(金)〜
 15日(日)、20日(金)〜22日(日)、
 27日(金)〜29日(日) 18時頃〜
 21時30分

◆プラネタリウム

◆平日プログラム

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	MUSICA 宇宙はなぜ美しい?	宇宙どこまであるの? 物語
16:00	富士の星暦 日本の最高峰を知る	富士の星暦 日本の最高峰を知る
18:00	MUSICA 宇宙はなぜ美しい?	MUSICA 宇宙はなぜ美しい?
20:00	富士の星暦 日本の最高峰を知る	富士の星暦 日本の最高峰を知る

※16時と20時の回は新番組に
 変わりました。

◆火星観望会(観覧料のみ)

◇とき 5月24日(火)〜6月
 5日(日) 20時〜21時30分

きたすばる
 ピリカWEEK!
 期間中「ピリカ」望遠鏡で観
 望会を開催します。

◇とき 5月24日(火)〜6月
 5日(日) 20時〜21時30分

火星



火星は地球のすぐ外側を
 回る惑星です。大きさは地
 球の半分ほどで、表面は酸
 化鉄(赤さび)を多く含む岩
 石で覆われているため、赤
 く見えます。
 約2年2カ月ごとに地球
 に接近し、今回は5月31日
 が最接近となります。
 2014年4月8日
 (撮影者 佐野 康男)

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	4:19	18:37	1:01	11:45	7日	●新月
10日	4:06	18:47	7:13	22:19	14日	●上弦
20日	3:55	18:58	17:09	3:18	22日	○満月
31日	3:47	19:09	0:47	13:00	29日	●下弦

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

〒105-8304
city.nayoro.jp

開館 午前 9時～12時

午後 13時30分～16時

休館 土・日・祝日・年末年始

風連地域子育て支援センター

「こぐま」(風連町西町284・

風連さくら保育園内)

☎01655③2378

開館 遊びの広場 10時～

相談 10時～15時

休館 水・金・土・日・祝日・

年末年始

子育て支援事業

親子お出かけバスツアー

- ◆とき 6月10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お申し込みください。
- ◆申込締切 5月31日(火)

青空保育

- ◆とき 6月1日(水)
- ◆ところ 総合福祉センター 屋外(雨天時は施設内)
- ◆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、食育相談やアレルギー相談等も受け付けます。



ひまわりらんど

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

名寄市の

保育サービスについて

- ◆とき 5月10日(火) 10時～11時
- ◆ところ ひまわりらんど
- ◆講師 池野美穂氏(子育てコンシェルジュ)
- ◆内容 保育サービスについてお話をします。

幼児の食事量とおやつのお話

- ◆とき 5月11日(水) 14時30分～15時15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 親子20組
- ◆事前申込が必要です。

おもちゃ作り

- ◆とき 5月17日(火)、19日(木) 10時15分～11時15分
- ◆ところ ひまわりらんど
- ◆講師 今野道裕氏(名寄市立大学)
- ◆内容 簡単に楽しいおもちゃを作ります。

身体測定

- ◆事前申込が必要です。お子さんは託児をさせていただきます。



- ◆とき 5月24日(火)、25日(水) ①9時30分～11時30分 ②14時～15時30分
- ◆ところ ひまわりらんど
- ◆内容 身長・体重を測り、カードに手形を押しまします。

※事前申込は不要です。

しゃぼん玉遊び

- ◆とき 5月27日(金) 10時～11時30分
- ◆ところ ひまわりらんど
- ◆内容 親子でしゃぼん玉遊びをしましょう。
- ※雨天時は中止。事前申し込みは不要です。

文化センターで遊びましょう

- ◆とき 5月2日(月)、9日(月)、12日(木)、16日(月) 10時～11時30分
- ◆ところ 市民文化センター
- ◆内容 多目的ホール(東館1階)ビーチボールで遊びます。

持ち物 上靴

- ◆事前申込は不要。現地集合。



こぐま

- ◆とき 5月19日(木) 10時～10時40分
- ◆ところ さくら保育園
- ◆内容 火災を想定しての避難訓練をします。
- ◆事前申込は不要。



春のおはなし会

- ◆とき 5月19日(木) 11時～11時30分
- ◆ところ さくら保育園
- ◆内容 図書館主催による絵本の読み聞かせです。
- ◆事前申込は不要。

外あそび

- ◆とき 6月2日(木) 10時～11時30分
- ◆ところ さくら保育園
- ◆内容 公園で楽しく遊びます。

※雨天時は室内で遊びます。事前申込は不要。

夜間納税窓口

- ◆とき 5月23日(月) ~25日(水)
17:30~19:30
- ◆ところ 名寄庁舎2階
税務課納税係

暮らしのリサイクル

(10:00~16:00)

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

◆ゆずりませ

- ①赤ちゃん用体重計
- ②アップライトピアノ
- ③シングルベッド(木製)
- ④ひな人形(7段飾り)
- ⑤テント車庫(普通乗用車用)
- ⑥ブランコ(屋外・子ども用)
- ⑦滑り台(屋内用)
- ⑧自転車(補助輪付き)
- ⑨三輪車

◆ゆずってください

- ①ポータブルミシン
- ②電子ピアノ
- ③チャイルドシート
- ④ベビーシート

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2日(月)~31日(火)
9時~17時30分の20~30分
※市長の公務を優先します。
- ◆懇談場所 市役所名寄庁舎や風連庁舎の市長室など
- ◆懇談内容 地域活動やまちづくりの話、市政への要望・疑問など
※個人的な要望・相談・苦情・宗教に関する意見、書面による要望の提出、または懇談にふさわしくないと判断される場合は、お断りさせていただきます。

申・問 企画課秘書係

名 3階(内線3304)

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、交付金を利用できます。有効に活用してください。



◆交付金対象事業

◇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、携帯無線機など

◇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啓発活動

パンフレットなどの印刷、資料購入など

④訓練活動

防災訓練の実施など

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

①~④ 経費の3分の2

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・法制・訟務担当

名 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。

訓練実施中にホースが道路を横断する箇所は片側交互通行となりますので誘導員の指示に従って通行してください。

また、消火栓を使用するため水道水が赤く濁る恐れがあります。付近住民の皆さまには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。

なお、訓練のようすを公開します。見学スペースや見学者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22日(日) 10時

◆ところ 市民文化センター

問 名寄消防署

☎01654③3319

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(水) 10時~15時

旭川地方法務局名寄支局(西1南11)

②6月1日(水) 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。



問 環境生活課環境生活安全係

名 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こりやすくなります。

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

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

名 1階(内線323)

問 耕地林務課管理係

名 1階(内線323)

乳幼児の紙おむつ用ごみ袋を支給しています

◆対象 平成26年4月1日以降に生まれた乳幼児の保護者

※乳幼児とその保護者が平成28年4月1日以降に市内に住所を有する場合。

◆支給品 20リットルの炭化ごみ袋(ピンク色)

生後月数	支給枚数
新生児～3カ月未満	200枚
3カ月～6カ月未満	180枚
6カ月～9カ月未満	160枚
9カ月～12カ月未満	140枚
12カ月～15カ月未満	120枚
15カ月～18カ月未満	100枚
18カ月～21カ月未満	80枚
21カ月～24カ月以下	60枚

※平成28年4月1日現在の乳

マイナンバーカード日曜交付窓口

マイナンバーカード(個人番号カード)の申請をされた方に順次、交付通知書を送付していますが、仕事などのため、平日に受け取りに来ることができない方のために、次の日程で日曜交付窓口を開設します。

◆とき 5月15日(日)・29日(日)

9時～16時

◆ところ 名1階 市民課市
民年金係

乳幼児の生後月数に応じて支給。

◆申請場所

①名2階 こども未来課
子育て支援係

②風1階 地域住民課福祉係

③智恵文支所(智恵文多目的研修センター)

◆申請に必要なもの
窓口で申請する方の身分証明になるもの

※運転免許証や保険証など。
◆問 こども未来課子育て支援係

名 2階(内線3245)

※名寄庁舎のみで行います。風連地区の方も名寄庁舎での交付となります。

※ご本人が受け取りに来てください。

※交付通知書が必要な持ち物などを確認してください。

◆申・問 市民課市
民年金係

名 1階(内線3112)

年金生活者等支援臨時福祉給付金の申請受付中

賃金引き上げの影響が及びにくい、所得の少ない高齢者を支援することを目的に、年金生活者等支援臨時福祉給付金を支給しています。

◆対象 次のすべてに該当する方

①平成27年1月1日現在、市に住居がある方

②平成27年度の市・道民税(均等割)が課税されていない方

③市・道民税(均等割)が課税されている方の扶養親族などでない方

④昭和27年4月1日以前に生まれた方

◆申請場所 臨時福祉給付金窓口

◆申請期限 7月11日(月)

◆給付額 1人あたり3万円

◆問 年金生活者等支援臨時福祉給付金窓口

名 1階(内線3198)

家庭で取り組む7つのポイント

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

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

◆問 学校教育課

①朝食を食べる習慣が大切

②節度ある生活習慣が大切

③家庭で学習する習慣が大切

④読書に親しむ習慣が大切

⑤運動する習慣が大切

⑥自尊感情を育むことが大切

⑦いじめは許されないと教えることが大切

◆名 3階(内線3377)

上下水道の使用開始・中止の届け出

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)も届け出が必要です。

◆問 上下水道室業務課業務係

名 3階(内線3360)

風 2階(内線2065)

パブリック・コメント実施結果

名寄市児童クラブ条例の一部を改正する条例(素案)

- ◆意見等の募集期間 2月12日(金)～3月14日(月)
- ◆意見等の提出者数 2人
- ◆意見等の提出件数 2件(3項目)
- ◆意見等の処理 素案の修正箇所 0箇所
- ◆問い合わせ 児童センター ☎01654③3465

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ます。

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	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・葺輪 健二・葺輪 頼子
風連地区 曙・共和・瑞穂・ 砺波・内淵	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・株式会社カンリ

手続先・問
上下水道室業務課業務係
3階(内線3360)
3363

点訳初心者教室



名寄市点訳赤十字奉仕団では、「広報なよろ」などの点訳をしていただける方を対象とした「点訳初心者教室」を開催します。

声の図書館からのお知らせ

録音図書とは、本などを読み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。

- ◆録音図書の貸し出し
- 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

◆とき 5月20日(金) 18時
～20時

◆ところ 総合福祉センター
(西1南12)2階点訳室

◆対象 18歳以上の市民(高校生を除く)

◆受講料 無料

◆申請先
名寄市点訳赤十字奉仕団
(担当・田原)
☎01654②4602

とができます。お近くの録音図書が必要な方に、ぜひお知らせください。

◆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読書を楽しみませんか。次の日程で声の図書館の活動を紹介します。体験していただける説明会を開催します。申し込み不要です。ぜひお気軽にお越しください。

◆とき 5月24日(火) 10時

◆ところ 市立図書館
名寄本館2階

◆申請先
名寄市の図書館
☎01654②4751



自動車税を
忘れずに納めましょう

◆納期限 5月31日(火)
※納入通知書は5月9日(月)付で発行されます。

※納入通知書が届かない場合は連絡ください。

◆納税場所
①北海道内の金融機関または郵便局

②総合振興局や道税事務所

③コンビニエンスストア

◆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、納税についてのご相談はお近くの総合振興局または道税事務所までお問い合わせください。

◆申請先
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

◆納税に関する相談
上川総合振興局納税課
(旭川市永山6・19)
☎0166(46)5100

◆申請先
名寄道税事務所
(西4南2)
☎01654②4148

経済センサス
活動調査

平成28年経済センサス - 活動調査を実施します

全国のすべての事業所や企業を対象に、平成28年6月1日現在で、「平成28年経済センサス - 活動調査」を実施します。



インターネットでの回答を推奨しています

インターネットでの回答は、安心のセキュリティ、簡単な作業、24時間いつでも対応可能など、たくさんのメリットがあります。調査へのご理解・ご回答をよろしくお祈いします。

◆問 企画課企画調整係 名 3階(内線3305)

車種	排気量などの車両条件	税率(年額)		
		変更前	変更後	
原動機付自転車	第1種	50cc以下(ミニカーを除く)	1,000円	2,000円
	第2種乙	2輪で50cc超90cc以下	1,200円	2,000円
	第2種甲	2輪で90cc超125cc以下	1,600円	2,400円
	ミニカー	3輪以上で20cc超50cc以下のものうち、輪距が0.5メートルを超える	2,500円	3,700円
軽自動車	2輪	125cc超250cc以下	2,400円	3,600円
	雪上用	専ら雪上を走行するもので660cc以下	2,400円	3,600円
小型特殊自動車	農耕作業用	トラクターや田植え機で最高速度が時速35キロ未満	1,600円	2,400円
	その他	フォークリフトなどで最高速度が時速15キロ未満	4,700円	5,900円
2輪の小型自動車	250cc超		4,000円	6,000円

◆軽自動車等の税率が変わります
 地方税法などの税制改正により、4月1日から軽自動車税の税率が変更になります。
 ◆原動機付自転車・2輪車等

※新車新規登録とは、自動車検査証の「初度検査年月」。

車種	排気量などの車両条件	税率(年額)			
		①旧税率	②新税率	③経年車重課	
軽自動車	3輪	600cc以下	3,100円	3,900円	4,600円
	4輪乗用車	営業用	5,500円	6,900円	8,200円
		自家用	7,200円	1万800円	1万2,900円
	4輪貨物車	営業用	3,000円	3,800円	4,500円
自家用		4,000円	5,000円	6,000円	

※ただし、動力源または内燃機関の燃料が電気・天然ガス・メタノール・混合メタノール・ガソリン電力併用の軽自動車、被けん引車を除く。

◆3輪以上
 ①旧税率
 平成27年3月31日以前に新規新車登録した車両
 ②新税率
 平成27年4月1日以後に新規新車登録した車両
 ③経年車重課
 4月1日現在に新車新規登録から13年を超える車両

車種	排気量などの車両条件	グリーン化特例(経課税率)			
		概ね25%軽減 ※1	概ね50%軽減 ※2	概ね75%軽減 ※3	
軽自動車	3輪	600cc以下	3,000円	2,000円	1,000円
	4輪乗用車	営業用	5,200円	3,500円	1,800円
		自家用	8,100円	5,400円	2,700円
	4輪貨物車	営業用	2,900円	1,900円	1,000円
自家用		3,800円	2,500円	1,300円	

※1乗用：平成17年排出ガス基準75%低減達成、かつ平成32年度燃費基準達成車両
 貨物用：平成17年排出ガス基準75%低減達成、かつ平成27年度燃費基準+15%達成車両
 ※2乗用：平成17年排出ガス基準75%低減達成、かつ平成32年度燃費基準+20%達成車両
 貨物用：平成17年排出ガス基準75%低減達成、かつ平成27年度燃費基準+35%達成車両
 ※3電気軽自動車、天然ガス軽自動車(平成21年度排出ガス規制に適合し、かつ平成21年度排出ガス基準値より10%以上窒素酸化物の排出量が少ない車両)

◆燃費性能に応じたグリーン化特例による軽減
 平成27年4月1日〜平成28年3月31日に新規新車登録をした車両は、排出ガスや燃費性能に優れた車両に税率を軽減する特例措置(軽自動車税のグリーン化特例)が適用され、平成28年度のみ次の税率となります。

問 名寄消防署
 ☎01654③3319

◆実施地域 風連地区を除いた市内各地区

◆とき 5月9日(月)9時30分(金)10時〜12時、13時〜16時

◆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。

◆税務課市民税係
 2階(内線3201) 3203

◆軽自動車税の減免申請
 身体や精神に障がいのある方が所有する軽自動車税などは、一定の要件を満たした場合、軽自動車税が減免されます。
 ◆申請は、納税通知書が届いてから、納期限の7日前(6月23日)までに申請書と必要書類を提出してください。なお、申請は毎年必要です。昨年度に減免の申請をされた方も、改めて申請が必要になります。

申・問 名寄保健所(東5南3)
 ☎01654③3121

◆願書受付期間 5月9日(月)〜20日(金)

◆申込方法 市内に住所を有する方は、名寄保健所で配布の願書等に必要事項を記入のうえ、提出してください。

◆試験科目および試験方法
 ※詳細は受験案内を参照。
 食文化概論、公衆衛生学、栄養学、食品学、食品衛生学、調理理論の筆記試験を実施。

◆受験資格 高等学校に入学することができ(学校教育法第57条に規定する)方で、多数人に対して飲食物を調理して供与する寄宿舎、学校、病院等の施設または飲食店営業、魚介類販売業もしくはそざい製造業に該当する営業において、平成28年5月20日までに2年以上調理の業務に従事した方。

◆調理師試験のお知らせ
 ◆とき 8月23日(火) 13時30分〜16時
 ◆ところ 旭川市内
 ◆受験票で通知
 ◆受験資格 高等学校に入学することができ(学校教育法第57条に規定する)方で、多数人に対して飲食物を調理して供与する寄宿舎、学校、病院等の施設または飲食店営業、魚介類販売業もしくはそざい製造業に該当する営業において、平成28年5月20日までに2年以上調理の業務に従事した方。

道営住宅入居者の募集

◆書類配布期間 5月10日(火)～27日(金) (土・日・祝除く)

◆募集受付期間 5月25日(水)～27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2日(木) 14時
◇ところ 駅前交流プラザ「よろいな」

※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	141号 西2南11	3LDK 74.6㎡	1戸 2万3,600～3万5,200円	H8 4階	世帯向け
マーガレットヴィラ A棟	332号 西2南11	2LDK 59.3㎡	1戸 1万8,900～2万8,200円	H11 3階	世帯向け
ノースタウン名寄 プラタナス棟	632号 東1北6	2LDK 62.4㎡	1戸 1万6,400～2万4,500円	H2 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。
※家賃のほかには共益費(共用部分の電気代、除雪費など)、ボイラー、ガス警報機のリース料などが別途かかります。

申・問

O&R名寄建物コンソーシアム(西4南9大野ビル1階)

☎01654③3711

🌐http://nairouto.com/

🌐dousei.jurutaku/

まちづくり推進事業助成制度を活用しましょう

個人または団体が実施する地域活性化の取り組みに対し、費用の一部を助成します。現在、平成28年度前期分の申し込みを受け付けています。

◆対象事業

①特産品づくりの開発研究に関する事業

②市民生活の向上、文化交流や地域振興に関する事業のうち、次に該当する事業

文化交流事業
・国内交流事業
・国際交流事業
地域振興事業
・農業振興事業
・産業振興事業
・スポーツに関する事業
・広域連携事業

③観光振興に関するイベントなどの催事に関する事業

④生涯学習・国際交流・後継者育成などの人材育成に関する事業

◆助成の条件

①助成は1つの事業につき1回とする(事業内容によっては継続して助成する場合もあります)

②事業完了後は、成果品、実績報告書と収支決算書を提出すること

申・問

企画課企画調整係 3階(内線3308)

経費区分	助成限度額	費用の例
開発研究	20万円	素材や器材を用いて行う試作試験に要する費用など
イベント開催	20万円	会場設営機材や宣伝広告等に要する費用など
人材育成	10万円	先進地等への派遣研修、講師を招いて行う人材育成に要する費用など

③市が交付する他の補助金対象事業になっていないこと
④同一申請者に対する助成は、同一年度内に1回とする
◆助成額 対象事業経費総額の2分の1以内で、予算の範囲内で助成します。限度額は次の表のとおり。

北海道労働局に「雇用環境・均等部」を設置

北海道労働局では、新たに「雇用環境均等部」を設置し、男女ともに働きやすい雇用環境の実現に向けた総合的な行政展開を図っていきます。

◆組織見直しの目的

①男女ともに働きやすい雇用環境の実現ため、「女性活躍推進」や「働き方改革」などの施策をワンパッケージで推進します。

②労働相談の利便性向上のため、パワハラや解雇などに関する相談窓口とマタハラやセクハラなどに関する相談窓口を1つにします。

③個別の労働紛争を未然に防止する取り組み(企業指導等)と、解決への取り組み(調停・あっせん等)を、同一の組織で一体的に進めます。

◆実施する業務

①男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、女性活躍推進法などの雇用均等関係業務

②働き方改革、労働契約法、パワーハラスメント関係業務

③個別労働紛争に関する相談、労働相談業務など

問 北海道労働局

☎011(788)7874

町内会に入りましょう

「広報なよろ」は、お住まいの地域の町内会が町内会加入世帯を中心に市民の皆さまへ回覧板やポスト投函などにより配布をしています。

一人でも多くの皆さまが広報を手にとれるよう、町内会に加入しましょう。



◆加入するには

お住まいの地域の町内会長、または町内会連合会事務局へご連絡ください。

申・問 町内会連合会事務局
(企画課企画調整係)
名 3階 (内線3311)

無料相談窓口

- ①消費生活相談
とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ②市民相談
とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ③無料法律相談
とき 5月1日(日) 11:00～
6月5日(日) 11:00～
※事前予約が必要です。
- ④行政相談
とき 5月12日(木) 13:00～16:00
6月9日(木) 13:00～16:00
- ⑤結婚相談
とき 第1金曜日17:30～19:00
その他の金曜日13:00～15:00
ところ 名寄市消費生活センター
(駅前交流プラザ「よるーな」)
① ☎01654②3575
②～⑤ ☎01654③2111(内線3616)

◆年金事務相談
とき 5月10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)

◆労働相談
とき 月～金曜日 8:45～17:30
ところ 名寄庁舎3階
営業戦略課労働相談所
☎01654③2111

◆人権相談
とき 月～金曜日 8:30～16:30
ところ 旭川地方法務局名寄支局
☎01654②2349

◆生活相談支援センター
(心配ごと相談・生活相談)
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

◆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)

◆家計相談支援事業
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。

名 問
社会福祉課
2階(内線3221)
☎01654③9862



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

生活に困りご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。

◆住宅確保給付金

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。

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の用途に供しないこと
- ⑤市税に滞納のない方
- ⑥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日以内に契約金全額を支払うこと

◆申込期間 5月9日(月)～20日(金)

名	申・問	区分	所在	地番	地積	売却価格
3階(内線3334)	財政課管財係	土地	風連町仲町	56番2	452.71㎡	236万7,000円
		土地	西11北4	8番70	224.83㎡	211万7,000円
		土地	西11北4	8番71	285.07㎡	268万4,000円
		土地	西5北11	58番22	945.68㎡	514万4,000円
		土地	西5北11	58番25	952.79㎡	490万円

◆売却決定日 5月23日(月)

※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(金)

◆売却物件

ご寄附
ありがとうございます
(順不同・敬称略)

◆名寄市のために

○株式会社近藤組

(近藤 俊人)

代表取締役

◆社会貢献のために

○株式会社真鍋組

(真鍋 和一)

代表取締役

市民カレンダー

5月 May

日	月	火	水	木	金	土					
1 ★春季近隣中学生バドミントン大会 ★無料法律相談 11:00 ★きたすばるピリカWEEK! 18:30~21:30 (5月8日まで)	2 	3 憲法記念日 ★稚内名寄地区合同春季バスケットボール大会 (4日まで)	4 みどりの日	5 こどもの日 ★高校バスケットボールGWフェスティバル	6	7 ★公園で遊ぼう! ★母の日プレゼント作り ★作. A.Cランニングセミナー ★ウィーン少年合唱団名寄公演					
8 なよろ憲法記念ハーフマラソン 64歳以上 9:00(開会式) 9:00(開会式) なよろ健康の森	11 ★幼児の食事量とおやつの話 14:30~15:15 (地域子育て支援センターひまわりらんど)	12 ★運動免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 ★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45	13	14 ★会長杯高校選手権卓球大会 ★一輪車教室 10:00~11:30 ★本の読み聞かせ 13:30	15 ★日曜公証相談 9:00~15:00 (名寄公証役場)	16 ★運転免許更新時講習会 初回14:00 一般17:30	17 ★おもちゃ作り 10:15~11:15 (地域子育て支援センターひまわりらんど)	18	19 ★おもちゃ作り 10:15~11:15 (地域子育て支援センターひまわりらんど) ★運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00	20 ★高体連バスケットボール選手権名寄支部予選会 (22日まで) ★親子お出かけバスツアー (旧風連日進保育所)	21 ★一輪車教室 10:00~11:30 ★本の読み聞かせと工作 13:30
22 ★春季消防訓練 10:00	23 ★夜間納税窓口 17:30~19:30 (市役所名寄庁舎 2階事務課 25日まで)	24 ★身体測定 ①9:30~11:30 ②14:00~15:30 (地域子育て支援センターひまわりらんど) ★火星観望会 20:00~21:30 (6月5日まで)	25 ★身体測定 ①9:30~11:30 ②14:00~15:30 (地域子育て支援センターひまわりらんど) チャレンジ 2016 Let's Try 15min	26 ★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45	27 ★しゃぼん玉遊び 10:00~11:30 (地域子育て支援センターひまわりらんど)	28 ★中学校体育祭 (名寄中、名寄東中、風連中) ★第14回オールシニアバスケットボール大会 (29日まで) ★本の読み聞かせ 13:30					
29 ★シニアコーラス 和の会コンサート 14:00 かみかわ「まるごと食べに」よろーなフェスタ ~なよろアスパラまつり~ とき 10:00~16:00 ところ 駅前交流プラザ「よろーな」	30	31 広報6月号 配布予定日	GW企画 博物館で あそぼう!! とき: 5月8日(日)まで ところ: 北国博物館		児童生徒の帰宅時刻 小学生 18時 中学生 19時 高校生 21時 児童生徒補導協議会 (小中高等学校)		風連陶芸センター陶芸教室 ◆とき 5/12(木)、26日(木) [要予約] ① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ※各15名まで ◆費用 粘土代 1kg200円 ◆持ち物 エプロンなど ◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743				

文 …市民文化センター ス …スポーツセンター 北 …北国博物館 児 …児童センター 天 …天文台 よ …駅前交流プラザ「よろーな」
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28年3月末日現在

◆人口
全体 28,280人 (-308)
男 13,813人 (-134)
女 14,467人 (-174)
外国人住民登録者 61人 (-34)

◆世帯数
全体 14,148世帯 (-107)
※()は前月末比

広報 なよろ 平成28年5月1日発行 第122号

◆発行/名寄市 ◆編集/総務部企画課広報推進係
◆印刷/吉川印刷株式会社

名寄市役所

開庁時間 8:45~17:30 ☎01654③2111
HP <http://www.city.nayoro.lg.jp>
✉ nayoro@city.nayoro.lg.jp

◆名寄庁舎/〒096-8686 北海道名寄市大通南1丁目1番地
FAX 01654②5644
◆風連庁舎/〒098-0507 北海道名寄市風連町西町196番地1
FAX 01655③2510



広報誌は保存しておきましょう