

# 広報 なよろ

2021  
March  
No.180

3

名寄市公式LINEにご登録を 2ページ

名寄市合同墓の受付開始 4ページ

JOCジュニアオリンピックカップ  
2021のご案内 5ページ



コンビニ納付・  
スマートフォン決裁  
が始まります

名寄市



名寄市公式

facebook



名寄市公式  
アカウント

写真：JOCジュニアオリンピックカップ2019  
(2019年3月17日撮影)

# 広報 なよろ

名寄市公式LINEにご登録を.....2

コンビニ納付・スマートフォン決済が始まります.....3

名寄市合同墓の受付開始.....4

企業版ふるさと納税について「JOCジュニアオリンピックカップ2021のご案内」.....5

フォトでお知らせ-広報版-.....6-7

なよろの除雪.....8

名寄市立大学の窓から〜知への誘い〜.....9

健康ガイド.....10

楽食レシピ Let's楽トレ!.....11

健やかな成長を願って 今月の手話・ホワイトマスター.....12

男女共同参画社会の実現をめざして 消費生活センター通信.....13

Nスポーツコミッション 名寄にUターン.....14

パブリックコメント なよろっぽい家づくりの会.....15

施設のお知らせ.....16-18

暮らしのお知らせ.....19-23



生活に役立つ情報を

## LINEで配信します

名寄市公式LINEアカウントでは、防災情報やイベント情報、暮らしの情報などをタイムリーにお届けします。ぜひ友だち登録をお願いします。



**LINEの機能紹介**

- トーク 市政に関する情報をタイムリーに発信します。
- タイムライン イベントのようすを写真でお知らせします。 ※スマートフォンなどのモバイル版でご利用ください。

### 令和3年4月より コンビニ納付・ スマートフォン 決済が始まります!

市では、市税・介護保険料などのコンビニ収納とスマートフォンの決済アプリ「LINE Pay」「PayPay」によるキャッシュレス決済を4月から開始します。日中、金融機関へ納めに行くことができない方も、全国にあるコンビニエンスストアで夜間や土曜・日曜・祝日も納付することが可能となります。

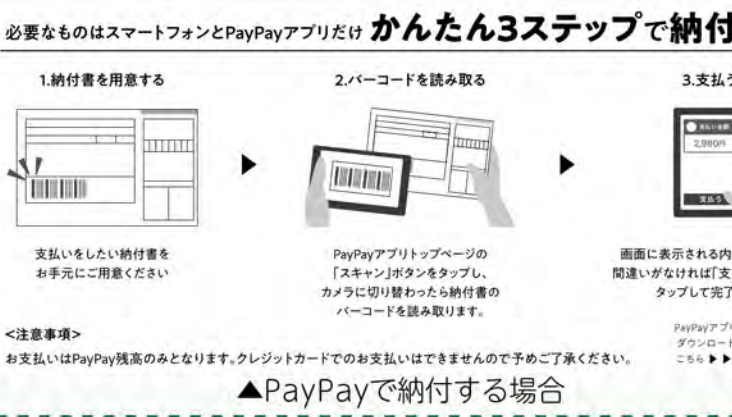
- また、「LINE Pay」「PayPay」で納付される場合は、自宅に居ながら納めることができますので、新型コロナウイルス感染症の影響により「外出自粛要請」が発出された場合でも、税金などの納められます。
- ※事前にアプリへチャージ(入金)しておく必要があります。
- 納付できる種類は?
- ・市道民税(普通徴収)
  - ・固定資産税・都市計画税
  - ・軽自動車税(種別割)
  - ・国民健康保険税(普通徴収)
  - ・介護保険料(普通徴収)
  - ・後期高齢者医療保険料(普通徴収)
  - ・保育料・保育所給食費
  - ・市営住宅使用料
  - ・市営住宅駐車場使用料

- ※この他の税・料は、納付することができませんので、ご注意ください。
- コンビニ納付の注意点
- ①納付書が1枚単位で変わるため、期別に1枚1枚分かれていきます。紛失にご注意ください。
  - ※紛失された場合は、市役所で再発行可能です。
  - ②納付の際は、納付書に記載されている期別、納期限をご確認の上、納付される分の納付書のみ店へお持ちください。
  - ③コンビニで納付した場合、店から市へ納付金の引き継ぎに1週間程度かかります。コンビニ納付され、その分の納税証明書の発行を求めるときは、窓口で支払ったときの領収書を提示していただきます。
- 次の場合は、コンビニ納付・スマホ決済ができません!
- ①令和3年3月31日以前に発行した納付書
  - ②納付書にバーコードがない、バーコードの読み取りができないなど、受け付けできないもの
  - ③金額を訂正したもの
  - ④金額が30万円を超えるもの
  - ⑤納付書の発行日から1年を過ぎたもの
- 納付できるコンビニは?
- セブンイレブン、ローソン、ローソンストア100、セイコーマート、ファミリーマート、ポプラ、ミニストップ、コミュニティ・ストア、生

### スマートフォン決済での納付方法



### PayPay請求書払いのご案内



活彩家、タイエー、ハマナスクラブ、ハセガワストア、くらしハウス、デイリーヤマザキ、スリーエイト、ヤマザキスペシャルパートナーショップ、プニユーヤマザキデイリーストア、ヤマザキデイリーストア、MMK 設置店

○安心してご利用いただくために

- ①税目ごとを区分して、期別ごとに納付書を確認してお支払いください。
- ・コンビニ店舗では、納付書の記載内容は確認せずに、バーコードを読み取るだけです。
- ②領収証書は必ず受け取り、大切に保管してください。
- ・領収証書はあなたの納税・支払いを証明する大切な書類です。受領日付印の内容を確認してください。
- ③レシートは必ず受け取ってください。
- ・コンビニのレジで正しい手続きが行われたことの証明になります。
- ・収納ミスや事故防止に重要な役割をします。

問い合わせ

・領収証書と一緒に保管してください。

・税務課納税係(名寄庁舎2階)  
☎01654③2111  
(内線3206〜3208、3211)

## 企業版ふるさと納税を活用した事業について

国では、地方創生を最重要政策の一つとして掲げ、各地方公共団体においても、地域が有するさまざまな資源や優位性、強みを最大限生かし、人口減少を抑制するとともに、将来にわたって自律的で持続的な地域社会を創生するために策定された「まち・ひと・しごと創生総合戦略」（地方版総合戦略）に沿った取り組みが進められています。地方を支援するさまざまな支援策の中でも、企業版ふるさと納税（地方創生応援税制）については、2016年度税制改正により創設されました。

この制度を活用した信金中央金庫様の事業である「SCBふるさと応援団」に、地元北星信用金庫様の推薦をいただき、事業申請を行ったところ、この度認定いただくことができました。

企業版ふるさと納税として1,000万円の寄附をいただくこととなり、この寄附金を活用し、宅配事業で活躍している充電式輸送用保冷機のエネルギーを、再生可能エネルギーへ転換する実証試験を行う調整をしております。今後、発展的に事業展開し、名寄市が再生可能エネルギーによる充電基地となれるよう、市内事業者とも連携し、取り組みを進めてまいります。



問い合わせ 総合政策部総合政策課（名寄庁舎3階）☎01654③2111（内線3303）

## JOCジュニアオリンピックカップ2021 全日本ジュニアスキー選手権大会 兼全日本中学生選抜スキー大会（ノルディック種目）

### ◆内容

- ◇12日(金) 8:30 スペシャルジャンプ公式練習
- ◇13日(土) 8:30 スペシャルジャンプ  
9:30 クロスカントリークラシカル
- ◇14日(日) 8:30 コンバインドジャンプ  
9:30 クロスカントリーフリー  
13:30 コンバインドクロスカントリー
- ◇15日(月) 9:30 クロスカントリーリレー(中学生のみ)

### ◆バス「日進ピヤシリ線」について

サンピラー交流館の駐車場付近が混雑するため、サンピラー交流館前の停留所では、次の期間バスの乗降ができません。

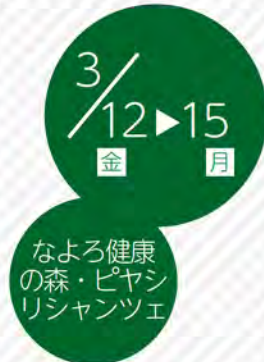
◇期間 3月12日(金)～15日(月)

### ◇乗降できない便

- 名士バス⇒ピヤシリスキー場【第1便、第2便】
- ピヤシリスキー場⇒名士バス【第1便、第2便】

### ◆観戦について

新型コロナウイルス感染症の影響で無観客試合とする場合がございます。詳細については大会ホームページでご確認ください。「なよろスポーツナビ」で検索。



スポーツくじ



このイベントはスポーツ振興くじ助成金を受けて行われています。

### ◆問い合わせ

全日本ジュニアスキー選手権大会  
実行委員会事務局(市民文化センター内)  
☎01654②2218

## 合同墓 4月12日(月)受付開始

### 【合同墓とは】

一つのお墓に複数の方々の焼骨（ご遺骨）と一緒に埋蔵する形式のお墓です。

合同墓は、骨壺などから焼骨のみを取り出して埋蔵します。一度、埋蔵した焼骨は二度と取り出すことができません。

合同墓は、1,500体納骨予定（50年使用の計画）ですので、利用にあたっては、ご親族で十分にご相談のうえ、ご検討ください。



### ◆使用できる方

- ①名寄市に住所がある、または、あった方で、親族の焼骨を管理されている方
- ②名寄市に本籍か住所があった親族の焼骨を管理されている方
- ③現在、名寄市営墓地または霊園を使用しており、埋蔵されている焼骨を合同墓へ改葬のうえ、使用場所を返還する方

### ◆使用料

焼骨1体につき15,000円（申請の際1回のみで、その後の支払いはありません）

### ◆申し込み窓口

市民部環境生活課（名寄庁舎1階 3番窓口）

### ◆申し込みに必要なもの

- ・印鑑、申請者の身分証明書（運転免許証、健康保険証など）
- ・申請者の住民票（本籍地記載のもの）ただし、名寄市民の場合は省略可
- ・火葬許可証または改葬許可証

※その他、使用要件に応じて書類を提出いただく場合があります。



▲合同墓位置図

### ◆その他注意事項

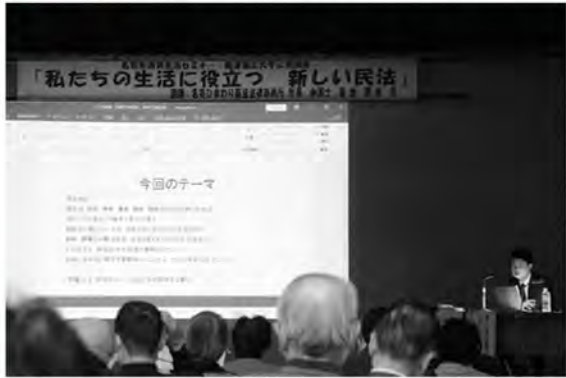
- ・納骨日は、5～9月の第2・4金曜日。利用申請時に、日程調整を行います。
- ・生前予約はできません。
- ・墓前を占拠しての宗教的儀式はご遠慮ください。
- ・市主催の宗教的儀式は行いません。
- ・墓参期間は、5～11月。冬期間の除雪は行いません。

### ◆問い合わせ

環境生活課（名寄庁舎1階）  
☎01654③2111（内線3122・3126）

ホームページのほかにも市公式フェイスブック(2月17日現在、2832いいね)でもまちの出来事を紹介しています。ぜひご覧ください。

### 1/27 消費生活セミナー 「私たちの生活に役立つ新しい民法」



ふうれん地域交流センターで行われ、講師に名寄ひまわり基金法律事務所の菊地頭太先生を招き、およそ60人が参加。具体的な事例をもとに民法改正前と後で比較し、分かりやすく解説されました。

参加者は集中して講師の解説に耳を傾けていました

### 1/24 第5回なよろサンピラー 10キロスノーマラソン



サンピラー交流館をスタート地点として行われ、88人のランナーが参加。冷えた空気が肌を刺すような極寒の中、ランナー同士で励ましあいながら、楽しそうに駆け抜けていました。

中には、ふんどしとヤチや着ぐるみ、バジャマで参加する方も

### 1/7 新春こども書き初め広場



市民文化センター多目的ホールで開催、21組の親子が参加しました。書道の先生に習いながら、また張り出された先生の見本を見ながら、字を書き写していました。

ゆっくりと、一画一画を力強く

### 1/5 市民新年交礼会



市内ホテルで開催され、各関係団体長の方々などおおよそ150人が出席。あいさつで加藤市長は、「コロナの影響があるが、対策万全にしてできる限りの行事を行っていただきたい」と話されました。

名寄駐屯地の方々による湖北太鼓の演奏が披露されました

### 1/30 児童センターまめまき



児童センターで行われ、児童や保護者16人が参加。節分の本の読み聞かせ、三方づくり、レクリエーションを行い、イベントの最後には鬼が登場。力を込めて豆をまき鬼を退治していました。

力いっぱい鬼退治

### 1/29 名寄西小学校で 雪とあかりの集い



名寄西小学校グラウンドで開催。新型コロナウイルス感染症の影響により規模を縮小した形になったものの、接触や密集を避けた形でのレクリエーションや打ち上げ花火が行われました。

児童や保護者は楽しみながら親睦を深めていました

### 1/9 北海道中学校スキー大会



北海道中学校スキー大会のクロスカンントリー種目が、なよろ健康の森クロスカンントリーコースで行われました。選手たちはコーチやチームメイトから応援を受け、力を振り絞りました。

全道の中学生在がクロカンで競い合いました

### 1/8 なよろ雪質日本一 フェスティバル支援開始式



名寄駅前広場で行われました。今年度のフェスティバルは大雪像を名寄駅の前にある広場で名寄駐屯地第4高射特科群の協力支援をもらい制作されました。

大雪像は大流行したアニメをモチーフとしたなよろ

### 2/14 絵本限定ビブリオバトル



市立図書館名寄本館で開催。絵本の魅力の再発見や読書活動の推進などを目的に、6人の発表者が集い、発表者たちは持ち寄った本の魅力を存分に語りました。

最多票を集めたチャンピオン絵本は「魔女からの手紙」

### 2/12 名寄南小学校で 新1年生一日入学説明会



およそ80組の親子が参加。新入生児童は体験学習を、保護者は体育館で説明会を受講。体験学習では、文字をかく練習などが授業方式で行われ、最後は在校生からの手紙が児童に手渡されました。

4月から小学生になるイメージを膨らませました

### 1/19 風連児童クラブでドーリンスク への応援メッセージ完成披露式



ロシアのドーリンスク市に向けた、新型コロナウイルス感染症克服に関する応援作品の完成お披露目が行われました。児童たち30人がメッセージボードと鶴の花飾りを作成しました。

市内各施設で展示された後、ドーリンスク市へ届けられます

### 1/11 新春書初め墨絵詩書講座



ふうれん地域交流センターで開催、およそ20人の市民が参加しました。テーマに沿った作品を書き上げたり、アニメキャラクターの墨絵に挑戦したり、楽しそうに作品を作りあげていました。

書道で新年の思いを書き上げました



# なよろの除雪 (No.65)

除雪についての情報やお知らせを「なよろの除雪」と題して掲載します

◆問い合わせ  
建設水道部都市整備課  
☎01655③2511 (代表)  
FAX 01655③3450  
✉ny-douroi@city.nayoro.lg.jp

第65号となる今月号は、「冬の市民生活のマナー」についてです。



## 敷地内から道路へ雪を出さない

家の敷地内から道路へ雪を出すことは、道幅を狭くさせたり、交通事故の原因となります。道路への雪出しは道路交通法などにより禁止されています。

### 道路交通法施行細則 第19条

道路交通法第76条第4項第7号の規定による道路における禁止行為は、次の各号に掲げるものとする。

- 2. みだりに交通の妨害となるように道路にどろ土、雪、ごみ、ガラス片その他これらに類する物をまき、又は捨てること。

## 迷惑駐車があると除雪ができません



迷惑駐車は夜間の除雪車の通行の妨げとなり、除雪作業の遅れの原因となります。また、見通しの悪い吹雪のときなどは、交通事故につながる恐れがあります。冬季の迷惑駐車は他の季節以上に大変危険です。迷惑駐車は絶対にやめましょう。



## 除排雪に関するQ&A

- 置いていかれた雪はどうしたらいいの？  
市は、雪を道路の左右にかき分ける除雪を行っています。このため、かき分けた雪が各家庭の前に寄せられますが、その処理は地先の方に除雪のご協力をお願いしています。また、「雪かきをした後に除雪車でかき分けた雪を置いていかないでほしい」との連絡をいただくことがございますが、除雪作業を時間内に終わらせるため、各家庭の状況に合わせた除雪を行うことができないことをご理解願います。
- 道路に出した雪は除雪してもらえるの？  
道路に雪を出す道路が狭くなり危険です。罰せられることもありますので、道路には雪を出さないようにお願いします。
- 庭などの敷地内の雪は道路に出せば排雪してもらえるの？  
道路敷地外の雪は排雪できません。道路に雪を出されてしまうと排雪作業の支障になり、進捗が遅れることや排雪を行えなくなってしまうことがありますのでやめてください。
- 排雪の日程は教えてもらえるの？  
降雪状況や気象状況により進捗に変動があることや、道路敷地外の雪を道路に出されてしまい作業が行えず排雪作業が進まないなどの理由があるため、市は日程をお伝えしておりません。

## 市からのお願い

今年度は、昨年度より雪が多く市民の皆さまも大変な思いをされたと思います。そのなかでたくさんのご意見・ご要望をいただきました。限られた予算、人力、機械力などの理由から全てのことに対応することができません。今後もできる限り冬道のより良い環境整備に努めてまいります。皆さまのご理解・ご協力を引き続きお願いいたします。



# 名寄市立大学の窓から

## 知への誘い

vol.99

入院中の子どもの学びの場について

保健福祉学部 社会福祉学科 准教授 中澤 幸子

病院内に学校を開設している病院があるということ、ご存知の方も多いかと思いますが、病院の中にある学校を大きく分けると、病院に併設されている「病弱特別支援学校」、その病院を校区に含む小中学校が病院に開設している「病弱・身体虚弱特別支援学級」、病院近くの特別支援学校から病院に教師が派遣される「訪問教育」などがあります。いずれの場合も、入院して治療を必要とする子どもが、教育を継続して行うための学び(以下「病弱教育」)の場で、道内でも、いくつかの病院に設置されています。

そのような病弱教育の場に出会った、Kさんについてお話しします。



Kさんは、明るく、ひょうきんで、元気に走り回っている子どもでした。小学1年の秋に突然、意識不明となってしまう、病院へ運ばれ長い入院生活が始まります。その後、意識こそ回復したものの、視力を失い、自分の意思で体を動かさず、ほぼ寝たきりの状態となってしまうました。聴いたり、話したり、表情を変えたりといった能力は残っていました。人工呼吸器を装着され、発する言葉は無声音でした。そして、入院した当時は、病院内に病弱教育の場がなく、長い間学校教育を受けられず、家族と医療関係者以外の関わりはありませんでした。

Kさんは、中学部の卒業文集の中で次のように述べています。

入院したときは、毎日暇だった。たいくつだった。つまらなかつた。だが僕に、突然幸運が訪れた。学校ができたのだ。それから毎日日学校へ登校し、色々な勉強をした。友だちも増え、ゲームなどをして一緒に遊んだ。毎日がとても楽しかった。

大学図書館へようこそ！  
大学図書館にはこんな本があります  
～「知」への誘い～からもう1歩～  
「訪問教育、病弱教育ってなに？」と興味を持たれた方へ入門的な図書を紹介いたします。  
「空への手紙 病弱教育理解のために」1巻、2巻  
福田 素子/作、横田 雅史/編著 ジアース教育新聞/編  
→院内学級の新任教師が、子どもたちと共に成長する物語。教材目的で複製された漫画。TVドラマ化もされました。  
「せんせいが届ける学校 訪問教育入門」  
全国訪問教育研究会/編著 クリエイトかもがわ  
→訪問教育ってどんな授業をしているの？その内容や工夫、地域支援などを紹介しています。  
「ひろがれ病院内学級」  
御子葉 照治・渡辺 美佐子/編著 桐書房  
→親、医療者、教師、心理学者がそれぞれの立場で執筆した院内教育実践記です。



## 腸内細菌はやる気のスイッチ

名寄市生活支援コーディネーター 城村拓哉

「冷たいものを飲むとおなかを下す」「特定のものを食べるとおなかの調子が悪くなる」こんなことはありませんか。それは腸内細菌からのシグナルかもしれません。

人間と腸内細菌は共生関係にあります。お互いが相手を助ける関係です。腸内細菌にとって都合の良いことや悪いことが起こると当然人間に何かの形でお知らせしてきます。

腸内細菌の主な役割として食べ物の消化吸収を助けたり、必要なビタミンを作ることはよく知られています。

また人間が「やる気を出す」「幸せを感じる」といったときにある種の神経伝達物質が関与していますが、その物質を作るのにも腸内細菌が関与して

ます。腸内細菌が「やる気を出すスイッチ」になっているのです。

こんなにメリットのある腸内細菌と仲良くしない手はないでしょう。人間が能動的に腸内細菌と仲良くする方法は運動と食事です。

運動と腸内細菌に関係があるのかなと思う方もいるかもしれませんが、最近の研究では肥満の方とアスリートの方では腸内細菌の構成に違いがあり、アスリートの方が有益な腸内細菌群であると報告されています。適度な運動をして良い腸内細菌群を育てましょう。

食事に関しては何か特別な事をする必要はありません。人間は長い間腸内細菌と共生してきたので付き合い方は本能で分かっています。極端な飽食や偏食をせず、自分の気持ちやおなかの調子と相談しながら食事をしてみてください。

今月号をもって、楽食レシピはいったん終了いたします。介護予防サポーター、認知症サポーターの活動が再開できた際、また広報などでお知らせしたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

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

## Let's 楽トレ!

### おうちで体操 リフレッシュ No.12



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

加齢とともに筋力は低下しますが、筋肉を意識的に使う運動を継続して行えば、筋力を維持・向上できます。また、ウォーキングや筋トレと同じくらい大切なのは、「日常生活の中で体を動かす」ことです。習慣的な運動が難しい場合でも、家事を工夫したり、趣味活動に精を出すことで、体を動かす機会が増え、フレイル予防につながります。今までご紹介した体操の一部は、市ホームページに掲載していますので、日頃から活動的な生活を送れるよう、運動を日常生活に取り入れてみてください。

体をひねらずに、足を真横にあげる運動



1, 2, 3, 4  
で足をあげ、  
5, 6, 7, 8でゆっくり戻す。  
(左右各10回ずつ3セット)

体をひねらずに、足を真っ直ぐ後ろに引く運動



1, 2, 3, 4  
で足を引き、  
5, 6, 7, 8でゆっくり戻す。  
(左右各10回ずつ3セット)

股関節と膝関節を90度に曲げる運動



1, 2, 3, 4  
で足をあげ、  
5, 6, 7, 8でゆっくり戻す。  
(左右各10回ずつ3セット)



体に痛みのある方、体調が優れない方は無理のない範囲で行いましょう。かっこの中は目標回数です。体調によって回数を調整して行いましょう。

## 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

新型コロナウイルスワクチンは、現時点では医療従事者などへの接種の後、令和4年3月31日時点の満年齢で65歳以上の高齢者(昭和32年4月1日以前に生まれた方)に接種券を郵送し、特設会場において接種を開始する予定です。接種開始は、早くとも4月1日以降になる見込みであり、開始日や接種会場については決定次第別途お知らせします。

なお、ワクチン接種を受けるには本人の同意が必要です。現在何かの病気で治療中の方や、体調などで接種に不安がある方は、事前にかかりつけ医などへ相談することをおすすめします。

新型コロナウイルスに関する相談や疑問に対応する電話相談窓口が開設されました。

☎0120-761770 (フリーダイヤル)  
【受付時間】9:00~21:00 (土日祝日も受け付け)

首相官邸ワクチン特設ページにおいてもワクチンの情報提供がされています。

官邸 コロナ ワクチン

検索



▲二次元コードからも特設ページにアクセスできます

新型コロナウイルスワクチンは**無料**(全額公費負担)で接種できます。「接種には予約金が必要」「事前に料金を振り込むように」といった不審電話などにご注意ください。

## 3月は自殺対策強化月間です

毎年3月は、自殺対策基本法第7条に定められた自殺対策強化月間です。進学や就職、昇進、退職、引越越し、配置転換、転勤、転職など、自分や周囲の生活環境が大きく変わるこの時期は、ストレスも多くなると言われています。十分な休養を取り、ストレスをためないように心掛けましょう。



なお、名寄市立図書館においては強化月間に併せて、こころの健康につながる本などを集めた特設コーナーを設置し啓発を図っています。この機会にお立ち寄りください。

## 令和3年度の各種検診の申し込みについて

名寄地区・風連地区ともに電話受け付けを4月8日(木)から開始します。詳細は、広報なよろ4月号と同時配布の別紙チラシ「令和3年度各種検診のお知らせ」をご覧ください。



申し込み・問い合わせは、名寄市保健センターまで

# 健康ガイド

## 申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)  
☎01654②1486  
FAX 01654②7267  
開館 8時45分~17時30分  
休館 土・日・祝日・年末年始  
ふうれん健康センター  
(風連町本町76)  
☎01655③2373  
開館 9時~12時(月曜のみ)

## 休日当番医 急患に限りです

3月7日 たに内科クリニック  
☎01654③1223  
14日 名寄三愛病院  
☎01654③3911  
20日・21日 名寄市立総合病院  
☎01654③3101  
28日 片平外科・脳神経外科  
☎01654③3375  
なよろ眼科  
☎01654③0746



…救急医療情報案内…  
フリーダイヤル  
☎0120(20)8699

## 子育て保健事業 についてのお知らせ



☆体重の増加が心配、授乳や離乳食について確認したいなどを相談できる場として、計測日を次の日程で実施します。

### 3月18日(木)

新型コロナウイルスの感染拡大防止に配慮し、事前申込制となりますので、希望のある方は保健センターまでご連絡ください。

☆乳幼児健診の対象の方には、個別に連絡します。

☆子育てに関する相談など、随時電話で受け付けています。



# 従業員の仕事と家庭の両立支援のために、一般事業主行動計画を策定しませんか？

## 一般事業主行動計画とは？

一般事業主行動計画とは、次世代育成支援対策推進法に基づき、企業が従業員の仕事と子育ての両立を図るための雇用環境の整備や、子育てをしていない従業員も含めた多様な労働条件の整備などに取り組むに当たって、『計画期間』、『目標』、『目標達成のための対策およびその実施時期』を定めるものです。

従業員101人以上の企業には、行動計画の策定・届け出、公表・周知が義務付けられていますが、100人以下の企業に対しては努力義務となっています。

行動計画を策定している市内企業についてご紹介します。

- (有)朝日興産
  - (株)五十嵐組
  - (有)今田薬局
  - (株)名文堂
  - 川口歯科医院
  - (株)西條
  - (株)柴田時計眼鏡店
  - (福)名寄市社会福祉事業団
  - (有)ビューティミモザ
  - 村西運輸(株)
  - (有)靴・スポーツのすま
- ※厚生労働省HPより抜粋

行動計画の内容については各企業ごとに、こどもの看護のため

の休暇や男性の出産休暇、育児・介護休業に関することなどを目標に掲げ、対策について定めています。一般事業主行動計画公表サイトでは取り組み事例が検索できますのでご覧になってみてください。右側の二次元コードからアクセスできます。



また、厚生労働省では行動計画の策定方法について相談窓口を設置していますので、興味がある企業の方は北海道労働局まで問い合わせください。

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3313)  
✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp



誕生もち助成事業

# 健やかな成長を願って



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



加久保 幸奈ちゃん  
令和元年10月生まれ

## 保護者からのメッセージ

1歳の誕生日おめでとう！  
これからもすくすく成長してね♡



北明 真士くん  
令和元年10月生まれ

## 保護者からのメッセージ

これからもすくすく元気に育ってね。

## 「誕生もち」とは

お子さまの満1歳の誕生日を祝う行事に使うもちで、1升ほどのもちを風呂敷などにくるんで赤ちゃんに背負わせて歩かせたりします。

「もちのように粘り強い体と心を授かる」「一生食べ物に不自由しない」「すくすくと成長する」などさまざまな願いが込められています。

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



# 賃貸アパート退去時のトラブルに注意しましょう！

## 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 ☎01654④3575



- ◆タバコを吸っていたからと全室の壁紙の張り替えを要求された。
- ◆居室全体のハウスクリーニング代として、家賃1カ月分を退去時に支払われた。
- ◆8年住んだ家を退去後、居間のペアガラスが破損していたと窓ガラス代金30万円を請求された。



◆退去時に敷金の清算として入居者が負担する原状回復費用とは、完全に入居時の状態に戻す事ではなく、入居者の故意や不注意などにより生じたキズなどの破損した部分を元の状態に戻すことです。経年劣化、自然損耗、通常使用による変化まで入居者が負担する必要はありません。(国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」参照)

◆経年劣化や通常損耗による修繕費は、支払っている家賃に含まれているとされます。また、古くなった設備を最新のものに交換したり、化粧直しなどのリフォームなどは、次の入居者を確保するためやグレードアップとなり、大家が負担するものです。

◆入居者によって生じたキズを修理するための費用は、破損部分の最小単位とされます。また、その部分は経年劣化しているので、その分を差し引いたものが入居者の負担額となります。

◆入居時に気になるキズや汚れがあれば、自分が付けたモノでない事を証明するために、日付けを入れた写真を撮り残しておきましょう。



困ったときは、消費生活センターに相談してください。

## 2020年度のホワイต์マスターが決定！

ホワイต์マスターの受賞者は、毎年市民からの情報提供をもとに、利雪親雪推進市民委員会が審議した後、本市へ答申を行い決定しています。

今年度は「北星信用金庫」が受賞し、2月19日(金)17時から市役所名寄庁舎で授賞式を開催しました。

## …授賞理由……

平成2年より毎年2月頃に、名寄市内本店・各支店にてアイスクャンドルを制作・展示している。30年間の長きにわたる活動により、名寄の冬の風物詩として定着し、市民の冬の楽しみとなっている。また、「なよろ雪質日本一フェスティバル」や「北の天文字焼き」、「JOCジュニアオリンピックカップ」など名寄の冬を代表する数々の催しにボランティアスタッフとして参画し、開催の一翼を担っている。



2021年なよろ冬カレンダー応募作品より「ロウソク達の集い」撮影者:Jun Miyakoshi 撮影場所:北星信用金庫 中央通支店前

問い合わせ 企画課企画調整係(名寄庁舎3階) ☎01654④2111(内線3311)

# 今月の手話

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

◆問い合わせ 社会福祉課(名寄庁舎2階) ☎01654④2111(内線3226)

## その60「名寄」



左胸に右手で「OK」サインを作ります。  
※本来は「名前」という表現ですが、この名寄地域では「名寄」という意味で使用されています。

## 今月の講師

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

# 楽しく、元気に、スポーツしよう！



Nスポーツコミッションより、スポーツ情報をお届けします

## Nスポーツ人 / file No.17

名寄ピヤシリクロスカントリー少年団



名寄に住んでいたら、必ず一度は体験するクロスカントリースキー！現在小学1年生～中学3年生まで11人が活躍し、全国大会へ出場する選手も！3月12日(金)から名寄で開催するジュニアオリンピックカップにも、菊池凜花さん(名寄中2年)が出場予定です。小学生は火水木18:15～19:30/土日は9:30～11:00、中学生は平日16:30～18:00/土日は9:00～11:00に健康の森クロスカントリースキーコースで練習しています。ハードな練習の時は集中しますが、普段は楽しい雰囲気で行動しているメリハリがさいた少年団です。

お問い合わせ Nスポーツコミッション事務局  
市民文化センター内 ☎01654②2218  
✉info.nsportscommission@gmail.com

Nスポーツコミッションでは、名寄のスポーツ情報を発信しています！ぜひいいねやフォローをお願いします！

## JOCジュニアオリンピックカップ2021

日時: 3月12日(金)～3月15日(月)  
会場: 健康の森クロスカントリーコース・ピヤシリジャンツェ  
日程・競技種目:

13日(土) 8:30～	スペシャルジャンプ
13日(土) 9:30～	クロスカントリー クラシカル
14日(日) 8:30～	コンパインド ジャンプ
14日(日) 9:30～	クロスカントリー フリー
14日(日) 13:30～	コンパインド クロスカントリー
15日(月) 9:30～	クロスカントリー リレー

名寄からの参加選手:  
【クロスカントリー】  
菊池凜花(名中2年)、永井咲空(名高1年)、矢野美輝(おといねっぶ美術工芸高1年)、三上琢真(名高3年)

【ジャンプ】  
岩崎里胡(風中3年)、長谷川芽依(名中1年)、鴨田大綺(下商2年)  
※他アルペン競技(釧路開催)には宮田真菜(名小6年)さんも出場します。

LINE登録を！  
スポーツイベント情報などをLINEでも発信できるようになりました！ぜひご登録をお願いいたします。  
登録はこちら▶

## パブリックコメント

### 市民意見を募集

市民参加のまちづくりを推進するため、名寄市パブリック・コメント手続条例に基づき、次の素案を公表します。皆さまの意見を寄せさせていただきます。

#### ◆対象案件

##### ◇名寄市水道事業経営戦略(素案)

平成30年3月に「名寄市水道事業経営戦略」を策定し、現在に至るまで適切な水質管理を行い、災害時においても安定した水供給を図り、また、経営の健全化・効率化を目指してきましたが、想定していなかった大口需要家の撤退や人口減少などで事業収支に大きく影響する懸念が出てきたことから、事業の収支計画を見直し、改定するものです。

##### ◇名寄市下水道事業経営戦略(素案)

平成29年3月に「名寄市下水道事業経営戦略」を策定し、現在に至るまで下水道・個別排水による清潔で快適な生活環境を実現し、河川などの環境保全に努め、経営の健全化・効率化を目指してきましたが、令和2年4月から下水道事業に地方公営企業法を適用したことや、人口減少に伴う使用料収入の減少が続いていることから、事業の収支計画を見直し、改定するものです。

#### ◆担当

上下水道室業務課業務係  
☎01655③2511  
(内線22008)

#### ◆公表の方法

##### ◇名寄市ホームページでの閲覧

URL: <http://www.city.nayoro.lg.jp/toppage>  
↓お役立ち→パブリックコメント

##### ◇指定場所での閲覧

- ①市役所(名寄庁舎、風連庁舎、智恵文支所)
- ②図書館(名寄本館・風連分館)
- ③北国博物館
- ④市立大学の情報公開コーナー
- ⑤市民文化センター
- ⑥ふうれん地域交流センター
- ⑦駅前交流プラザ「よろいな」

#### ◆意見の提出

##### ◇提出方法

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

※「意見提出用紙」は市ホームページからもダウンロードできます。

##### ◇提出期限

3月23日(火)

##### ◆提出先

〒098-0507

名寄市風連町西町1-96番地1

名寄市役所風連庁舎

上下水道室業務課業務係

##### ◇ファックス

FAX 01655③3450

##### ◇電子メール

✉my-public@city.nayoro.lg.jp

# COLUMN 5 なよろっぽい家づくりの会

## 住まいのリフォーム

最近使われるようになった「リフォーム」と「リノベーション」はどう違うのでしょうか？その2つの違いには、厳密な定義や線引きはありません。リフォームは、壁紙の張替えから大掛かりな増改築工事など幅広い内容を表します。一方、リノベーションは、リフォームの中でも特に中古、または既存の住宅をライフスタイルや好みに合わせて改修し、その住宅に新たな価値を与えるというイメージで使われています。

住まいをリフォームする理由は、

- 家族構成の変化に合わせて、居住空間を広く(狭く)したい
- 居住空間の様式替えや設備を更新して使い勝手を良くしたい
- バリアフリーにして安全で健康的に、また、季節による居住空間の温度差を和らげて快適に暮らしたい
- 屋根の雪下ろしや除雪など、雪処理の負担を軽減したい
- メンテナンスして家の寿命を長持ちさせたい

・・・などなどあります。

近年、人生100年と言われるようになりました。家をリフォームする目的も、人生の節目節目で異なってくるもので、年齢によって次のような理由が考えられます。

30代では、子どもが大きくなるにつれ独立した部屋が必要となるため、40～50代では、趣味・興味あるいは第2の人生を想定した豊かな人生を送るために、60代以降では、家の中で安全に暮らせて健康で長生きできるように、などです。

高齢者の方々にリフォームの話をすると次のような言葉が返ってきます。

- ① どうせ長いことないんだから、家にはお金をかけたくない
- ② 老後のために節約したいので、家にはお金をかけたくない
- ③ どうせ自分たちの後は誰も住まないんだから、家にはお金をかけたくない
- ④ 万が一に備えるためできるだけお金を使いたくない
- ⑤ リフォームなんて贅沢しないで財産を残したい

そして口をそろえて「子どもには迷惑をかけたくない」といいます。では、「子どもに迷惑をかけない」ようにするにはどうすればいいのでしょうか。

続きは次回に・・・

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

移住情報をお届け！

# 名寄にUターン！

今回のコーナーでは名寄に移住されご活躍されている方をご紹介します。



名寄市役所職員  
なよろ市立天文台「きたすばる」勤務  
渡辺 文健 さん

1983年北海道釧路市生まれ。  
2010年に移住。妻と子どもと3人暮らし。

小学生のころ、父親に連れられて地元の科学館で星を見たのが、「天文」に興味を持ったきっかけです。それから3年くらい望遠鏡を親にねだりましたが、買ってもらえず天文への熱が冷め、札幌へ進学後、天文とは関係のない職に就きました。転職は札幌市青少年科学館で天文指導員のボランティアを始めたことです。2年ほど経験し、天文に関わる職に就きたいと強く思い始めた時に、名寄市に天文台が新しくでき、職員募集の情報を得て、すぐさま応募し、現在の職場である「なよろ市立天文台きたすばる」の臨時職員として採用されました。暮らしてみると住みやすく、よそのほうが良いと思うことはほぼありません。28歳で移住してきたのですが、30歳になるときに新しいことを始めてみようと思いついて、登山やサイクリング、スノーボードなどアウ

トドアを始めました。札幌での会社員時代は職場と家の往復で、趣味もなく、土日は引きこもりがちだったので、名寄に来たからこそ手に入れられた趣味だと思えます。名寄は自然が近く、豊かなので、アウトドアの遊びは始めやすいです。

なよろ市立天文台は恵まれている環境で、街明かりが少ないのでたくさん星は見える一方、市街地からのアクセスが良く、車で10分の場所で天の川がはっきりと見えるような天文台は全国的にみてもそう多くはないと思います。天文台ではさまざまなイベントもやっていますので、たくさんの方にきてもらいたいです。

これからも好きなことを仕事にしながら名寄での生活をしたいです。

名寄移住ワンストップ窓口  
【名寄市移住促進協議会】

☎ 01654③5771(直通)  
✉ info@nayoroiju.com  
HP <http://nayoroiju.com/>

随時移住相談を承っています！



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、急ぎよ開催を中止または延期する場合があります。電話や市ホームページなどで最新情報をご確認ください。

### 子育て支援センター

子育て支援センターは、未就学児童が保護者と一緒に利用できる施設です。

地域子育て支援センター  
「ひまわりらんど」(西2南9)  
016554259683  
〒165-0834 東京都目黒区南9-9-1  
@city.nayoro.lg.jp

開館 9時～12時  
13時30分～16時

休館 土・日・祝日・年末年始

風連地域子育て支援センター  
「こぐま」(風連町西町284)  
認定こども園風連幼稚園内  
01655321333

開館 遊びの広場 10時～11時30分  
相談 10時～15時

休館 水・金・土・日・祝日・年末年始

### ベビー・キッズクラブ

お子さまと保護者の方で「ひつじの写真付き飾り」を作りましょう。

◆とき 3月15日(月)、16日(火)、18日(木)

◆申込方法 ひまわりらんどへ直接またはお電話で申し込みください。

◆申込期間 3月12日(金)

### 図書館

図書館名寄本館(大通南2)  
01655424751  
FAX 01655424897

開館 火・金 9時30分～17時  
水・木 9時30分～19時  
※17時以降は1階のみ  
土・日 9時30分～17時

休館 月・月未・祝・年末年始

図書館風連分室(風連町西町201)  
風連中央小学校内  
01655378000

開館 月・金 9時30分～17時  
土 9時30分～13時  
休館 日・月未・祝・年末年始

◆申込期間 3月5日(金)

### 名寄本館

ジでお知らせしています。

◆ミニ展コーナー  
・春だ！パンまつり  
・自殺対策強化月間  
◆本の読み聞かせなど  
◆春休みアニメ上映会

◆とき 3月26日(金) 10時30分

◆対象 どなたでも(申し込み不要)

◆土曜読書会  
◆とき 3月13日 13時

◆対象 誰でも参加可

◆内容 ビブリオトーク(参加者同士による本の紹介と意見交流)

◆持ち物 お気に入りの本1冊

◆金曜おはなしクラブ(金曜日)  
◆とき 3月5日、12日、19日、26日 各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 3月4日 10時30分

◆対象 3歳未満児・保護者

3月の休館日  
1日(月)、8日(月)、15日(月)、20日(土)、22日(月)、29日(月)

### 風連分室

31日(水)

◆ミニ展コーナー  
・わんわんわん!  
◆本の読み聞かせなど  
◆おはなしタイム(木曜日)  
◆とき 3月4日、18日 各15時15分

◆ところ 風連児童会館

◆対象 3歳以上小学生

◆おはなしポケット(火曜日)  
◆とき 3月9日 11時20分

◆ところ 子育て支援センターこぐま

◆対象 3歳未満児・保護者

3月の休館日  
7日(日)、14日(日)、20日(土)、21日(日)、28日(日)、31日(水)

### 児童センター「ほっと21」

児童センター「ほっと21」(西11北2)  
01655433465  
FAX 01655433465

開館 9時～21時  
※放課後児童の利用時間は13時～17時

休館 日・祝日・年末年始

### お楽しみ会&けん玉検定表彰式

お楽しみ会とけん玉検定の表彰式をします!

◆とき 3月27日(土) 13時30分～15時

◆ところ 児童センター

◆対象 市内小学生

◆定員 なし

◆参加料 なし

◆持ち物 上靴、マスク、かばん

◆申込期間 3月6日(中)～12日(金)

◆申し込み なよろここ3月号に掲載の申込書に必要事項を記入し、窓口に提出する。(電話での申し込み可)

※児童センターへ来館される際には、必ずマスクを着用してください。

※児童センター利用前に検温をさせていただきます。熱やせきの症状がある場合、利用を控えていただきます。

### 自動車文庫「やまゆり号」3月の巡回日程

【名寄地区】  
冬期間(1月～3月)は、遠隔地の小学校と保育所・幼稚園などへの運行のみです。

【風連地区】  
12日(金) 市街地区(野村様宅前) 10:35～10:45  
フロンティアハウス 10:55～11:10  
※「やまゆり号」駐車中は音楽が流れています。

### 公民館

市民文化センター(西13南4)  
01655422218  
FAX 01655422356

〒165-0834 東京都目黒区南4-2-1  
@city.nayoro.lg.jp

開館 8時～22時  
休館 月未・年末年始

風連公民館(風連町本町63)  
ふつれん地域交流センター内  
0165532620  
FAX 0165532321

### 市民文化センター

「干支(丑)の置物」を贈呈します

名寄市成人式記念品として寄贈された干支(丑)の置物を市民の皆さまに贈呈します。



◆とき 3月18日(木) 9時30分

◆ところ 市民文化センター

※数量限定のため、希望の方はお早めにお越しください。

◆大ホール一斉予約受付(令和4年4月利用分)  
◆とき 3月29日(月) 14時

### 風連公民館

◆15時～16時 市民文化センター東館窓口

◆受付方法 名寄市民文化センター大ホール利用予約受付票を提出してください。

※提出はFAXでも受け付けますが、利用希望が重なったときは、来館している利用者同士で協議となります。それでも決まらない場合は抽選を行います。

### 風連瑞生大学

令和3年度新入生を募集します

◆入学資格 市内にお住まいの満60歳以上で、仲間と一緒に楽しく活動したい方

◆活動内容 午前は楽しい講話やレクリエーション、ひばり農園での作業、午後からは各クラブでの活動を行います。(毎月3回程度)



### 学習内容は5つの風に分かれています。

まなびの風	午前中に1時間の講話などを年18回程度実施
やすらぎの風	春・秋のバス遠足と風連文化祭への参加
おもいで	修学旅行、入学式、卒業式など
みのりの風	ひばり農園での農作業を年5回実施(作付けから収穫まで)
ふれあいの風	ふるさと祭り、高齢者交流会などへの参加

◆クラブ活動 陶芸、パソコン、書道、茶華道、フォークダンス、パークゴルフ、カラオケ(カラオケダンス)、スコップ三味線サークル

◆費用 入学金・授業料無料。ただし、自治会費(3000円)および活動経費(実費)がかかります。

◆申し込み 風つ子ホール(ふつれん地域交流センター)、市民文化センター、市役所(名寄庁舎・風連庁舎)に入学願書があります。必要事項を記入し、風

### 博物館

北国博物館(緑丘222)  
01655432575  
FAX 01655432575

〒165-0834 東京都目黒区南22-2-2  
@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85)  
※問い合わせは北国博物館へ

◆令和2年度新着資料展  
本年度も市民の皆さまから多くの資料寄贈がありました。年度内に新しく収蔵された資料を整理して一堂に紹介いたします。

◆とき 3月3日(水)～30日(火)

◆ところ 北国博物館ラウンジ

### 新着資料展

令和2年度に寄贈された資料を展示します

2021年3月3日(水)～3月30日(火)

北国博物館 ラウンジ(観覧無料)

### スタンドグラスサンピラー展示会

市内のスタンドグラスサンピラーが制作した作品を持ち寄り発表します。季節の植物などをモチーフにしたランプシェード、飾り窓などの作品をご覧ください。

◆とき 3月6日(土)～14日(日)

◆ところ 北国博物館ギャラリーホール

◆主催 スタンドグラスサンピラー(代表 範國須美さん)



▲展示予定の作品

**天文台**  
なよろ市立天文台「きたすばる」  
(白進157)道立サンヒラーパー  
ク星見の丘)  
〒01654②3956  
FAX 01654②0267  
HP https://www.nayoro-star.jp  
kitasubarunayoro-star.jp  
開館 火～日・祝日  
13時～20時  
(19時30分までに入館)

3月の利用案内

◆休館日 1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)  
◆観覧料 一般410円、学生310円、65歳以上200円、高校生以下無料  
◆予約について  
新型コロナウイルス感染症対策のため、当面の間、望遠鏡の見学・観望会、プラネタリウムの観覧、イベントは予約制とします。(1階展示コーナーは予約不要、イベントは各イベントの詳細をご確認ください。)  
◆予約方法 電話にて受け付け 13時～20時(休館日を除く) 予約受付期間や状況については、天文台Webページで公開しています。

**夜間窓口**  
◆とき 3月23日(火) 3月24日(水) 3月25日(木) 17:30～19:30  
◆ところ 納税窓口 名2階 税務課納税係 国保窓口 名1階 市民課国保高齢医療係

**くらしのリサイクル**  
(月～金曜日、10時～16時)  
不用になった家庭用品などを紹介します。お気軽にお電話ください。  
※受け渡しは原則として無償で行います。  
◆ゆずります  
①男性用和服 2着 冬物、168cm(2回着用)  
②ベビーカー 1人用(コンビ)  
◆ゆずってください  
①電子ピアノ  
②ピアノ  
③山水・ダイヤトーン・ソニー・ケンウッド製のアンプ、CDプレーヤー、スピーカー  
④夏タイヤ 175/80R15  
⑤使わなくなった工具類  
⑥電動工具類  
⑦発電機(インバーター)  
⑧コンプレッサー  
⑨三味線



◆天体観望  
◆月面が見える日 16日(火)～28日(日)  
◆今月見える惑星 水星(中旬から)、火星、天王星(中旬まで)  
◆1.6メートル「ピリカ」望遠鏡見学・観望  
◆見学のみのみ 2日(火)～31日(水)  
7日(日)まで…13時～17時  
9日(火)から…13時～17時30分  
(休館日を除く)  
◆天気が良ければ星が見える日  
5日(金)～7日(日)、12日(金)～14日(日)、19日(金)～21日(日)、26日(金)～28日(日)  
7日(日)まで…17時～20時  
12日(金)から…17時30分～20時  
(詳しくは天文台まで問い合わせください)

◆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	銀河の渚で	ヤドカリくん、ほしをみに
16:00	天文台の星空 南半球チリの星月夜	天文台の星空 南半球チリの星月夜
18:00	銀河の渚で	銀河の渚で
19:00	天文台の星空 南半球チリの星月夜	天文台の星空 南半球チリの星月夜

◆プラネタリウム特別投影  
東日本大震災  
ドキュメンタリー  
東日本大震災ドキュメンタリー番組2作品を特別投影します。両作品は独立した作品ですが、両作品をご覧いただくことでより理解が深まります。  
◆上映作品  
第1章「星空とともに」  
第2章「星よりも、遠くへ」  
◆とき 3月6日(土)、7日(日)、13日(土)、14日(日)

◆第1章「星空とともに」 各日15時から  
◆第2章「星よりも、遠くへ」 各日17時から  
◆参加費 無料  
◆定員 各回25人  
◆申し込み 事前申込必須(定員に達し次第受け付けを終了)

**宇宙の写真展2021**  
天体や星空の姿を写真で楽しませませんか。  
◆とき 3月9日(火)～28日(日) 13時～20時  
(休館日を除く)  
◆参加費 無料

**M82**  
2020年3月25日 (撮影者 渡辺文健)

M82はおおぐま座にある不規則銀河で、地球からの距離は約1200万光年です。この銀河は、過去にM81という別の銀河と接近したことがありました。その影響で、M82の内部では、新しい星が大量に誕生しています。

ピリカ望遠鏡は急ぎよ、必要な観測が生じた場合は、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問い合わせください。

3月の太陽・月の暦			
日	日の出	日の入	月の出
1日	6:05	17:20	19:31
10日	5:50	17:32	4:34
20日	5:32	17:44	8:47
31日	5:11	17:58	21:05

日	月の形
6日	●下弦
13日	●新月
21日	●上弦
29日	○満月

◆電話料基本料金  
市内に居住し、電話を設置している重度の視力障がいのある方に、電話料の基本料金を助成します。  
◆対象  
視力障がいにより、身体障害者手帳1級を所持し、本人が世帯主、または本人契約の電話を設置している方  
◆申請に必要なもの  
①身体障害者手帳  
②84円切手を貼った返信用封筒  
③84円切手  
④印鑑  
◆受付開始日 3月22日(月)

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3月1日(月)～31日(水) 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。  
◆申請 総合政策課秘書係 名3階(内線3304)

名寄庁舎 ☎01654③2111

◆障がいがある方への助成  
◆令和3年度分ハイヤー券  
市内に居住し、身体や知的に障がいのある方が通院などのために利用するハイヤー料金の一部を助成します。  
◆対象 次のいずれかに該当する方  
①身体障害者手帳1級または2級を所持する方  
②視覚・体幹・下肢または腎臓機能障がいにより、身体障害者手帳3級を所持する方  
③知的障がいにより、療育手帳Aを所持する方  
◆申請に必要なもの  
①印鑑  
②身体障害者手帳または療育手帳  
◆受付・交付開始日 3月22日(月)

のため、郵送での受け付けを実施します。対象者には別途案内文を送付します。郵送での申請の場合、時間を要します。  
◆電話料基本料金  
市内に居住し、電話を設置している重度の視力障がいのある方に、電話料の基本料金を助成します。  
◆対象  
視力障がいにより、身体障害者手帳1級を所持し、本人が世帯主、または本人契約の電話を設置している方  
◆申請に必要なもの  
①身体障害者手帳  
②84円切手を貼った返信用封筒  
③84円切手  
④印鑑  
◆受付開始日 3月22日(月)

◆タッチケアサロンのご案内  
全国的な新型コロナウイルス感染症罹患患者増加の状況を踏まえ、タッチケアサロンの開催を見送っています。再開する際は、市立大学ホームページに掲載します。  
HP https://www.nayoro.ac.jp/

名寄庁舎 ☎01654③2111

**自衛官等の募集**

	一般曹候補生	予備自衛官補(一般)	予備自衛官補(技能)
応募資格	18歳以上33歳未満 (採用日現在)	18歳以上34歳未満 (令和3年7月1日現在)	国家免許資格などを有する者で 18歳以上53歳未満 (令和3年7月1日現在) ※保有する技能に応じ55歳未満まで拡大
受付期間	3月1日(月)～5月11日(火) ※締切日必着	受付中	4月9日(金) ※締切日必着
試験日	1次: 5月21日(金)～30日(日) 2次: 6月18日(金)～7月4日(日) ※次のいずれか1日	4月17日(土)～21日(水) ※次のいずれか1日	
会場	旭川		

※新型コロナウイルス感染症の影響で日程・会場が変更する場合があります。  
◆申請 自衛隊旭川地方協力本部名寄出張所(西1南9) ☎01654②3921

お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

**国民年金の任意加入制度**  
 老齢基礎年金は20歳から60歳になるまでの間、保険料を納め続けなければ満額の年金を受け取ることができません。納め忘れなどにより、納付済期間が40年間に満たない場合、65歳になるまでの期間であれば国民年金に任意加入して、保険料を納めることにより満額に近づけることができます。(国民年金の任意加入は、申し出された日から対象となります)

なお、老齢基礎年金を受け取るためには保険料の納付済期間などが原則として10年以上必要です。この要件を満たしていない場合、70歳になるまで国民年金に任意加入することができません。  
 そのほか詳しくは、市役所または年金事務所に問い合わせください。

**旭川年金事務所**  
 0166725002  
**市民課市民年金係**  
 1階(内線3112)  
**地域住民課市民係**  
 1階(内線2119)

**助成金を活用してまちづくりに参加しましょう**

まちづくり推進事業助成制度では、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。

- ◆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

※営利目的や、政治的・宗教的な普及宣伝など対象外となる場合があります。  
 ◆助成の条件  
 ① 助成は1つの事業につき1回とし、過去に本制度を活用していないこと  
 ※特産品づくりの開発研究は

継続する場合もあるが、2年目以降の助成額が制限されます。  
 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  
 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。

経費区分	助成限度額	費用の例示
開発研究	20万円	素材や機材を用いて行う試作実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、講師を招へいして行う人材育成に要する費用など

企画課企画調整係  
 3階(内線3311)  
 0165433101  
<http://www.nayoroch.jp/>

**自動精算機を導入**

市立総合病院は、3月1日から外来・入院診療費を自動精算機による支払いを開始します。同時にクレジットカードでの支払いも自動精算機で可能です。なお、電子マネー決済、モバイル決済での支払いは対応していませんのでご了承ください。



**健康づくり体操教室**  
 ◆とき 3月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木) 9時15分～11時  
 ◆ところ 総合福祉センター 多目的ホール(西1南12)  
 ◆対象 おおむね60歳以上  
 ◆内容 ラジオ体操、フォークダンス、民謡踊りなど  
 ◆持ち物 上靴  
 ◆申し込み 当日会場で受け付けます。

《住まいのお店》 省エネ・エコロジー住宅の  
**新築・全般リフォーム**  
 貸家もあります！ マンション アパートから 車庫まで!!  
**株式会社坂下組**  
 名寄西1南9 / 電話 2-3230 FAX 2-3419 メール sakashitagumi@fork.ocn.ne.jp

**市・道民税申告(確定申告)期限の延長**

国税庁では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、所得税の申告期限と納付期限を4月15日(木)に延長しています。市においても同様に、令和3年度の市・道民税申告期限を4月15日(木)まで延長します。また、3月から申告会場を変更し、名寄庁舎は4階大会議室から2階税務課フロアとなります。また、申告が必要と思われる方へ送付している「案内はがき」は、密集を避けるため1日あたりの来庁人数を調整していますので、できる限りご案内した日時での来庁にご協力をよろしくお願いたします。

なお、3月16日(火)以降に確定申告された場合、当初の税額通知(給与天引きなどの特別徴収は5月初旬、納付書払いなどの普通徴収は6月初旬)や所得課税証明書に反映できない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

**税務課市民税係**  
 2階(内線3201)  
**地域住民課総務税務係**  
 1階(内線2123)

**市営住宅の入居者募集**

市では、年4回(3月、6月、9月、12月)市営住宅の定期公募を行っています。

◆募集期間 3月8日(月)～19日(金) ※土日・祝日を除く  
 ◆申込方法 世帯の収入がわかるもの(源泉徴収票など)と印鑑を持参し、申込窓口にお越しください。(郵送の場合は期間内必着) 仮審査のうえ、入居適格者には申込書をお渡ししますので、必要書類を添えて提出してください。

◆障害者手帳などをお持ちの方は持参してください。  
 ※名寄市営住宅抽選カードをお持ちの方は必ず持参してください。  
 ◆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。  
 ※抽選の際、当選率を引き上げる優遇措置があります。詳細は問い合わせください。  
 ◆入居時期 修繕中の部屋は、修繕完了後(3月末を予定)、それ以外は即時入居可能。  
 ◆家賃 一緒に入居するすべての方の収入総額に依じた家賃となります。

◆募集要件  
 ◆単身可能 2人以上の親族または次のいずれかに該当し、日常生活が可能な単身の方が入居する住宅。  
 ① 60歳以上  
 ② 障害者手帳の所持  
 ③ 生活保護を受給など  
 ※ほかにも要件があります。  
 ◆世帯用 2人以上の親族で入居する住宅。  
 ◆シルバーハウジング世帯用 高齢者支援課高齢福祉係での審査などの要件があります。  
 ※募集要件での詳しい内容は問い合わせください。  
 ◆入居抽選会と説明会  
 ◆とき 3月23日(火) 14時  
 ◆ところ 市役所名寄庁舎4階大会議室  
 ◆入居説明会 すべての住宅

団地名	所在地	規格	家賃	建築	募集要件
北斗団地 312号	字大橋90	3LDK 76.0㎡ 2階建の2階	27,100円～ 40,400円	H23	世帯用
北斗団地 322号	字大橋90	3LDK 76.0㎡ 2階建の2階	27,200円～ 40,500円	H24	世帯用
緑丘第1団地 113号	字緑丘6	2LDK 67.0㎡ 平屋	22,000円～ 32,700円	H10	シルバーハウジング世帯用
緑丘第1団地 315号(修繕中)	字緑丘6	2LDK 67.1㎡ 2階建の1階	22,000円～ 32,800円	H13	世帯用
風舞団地 331号	風連町 北栄町111	3LDK 74.8㎡ 2階建の1階	19,300円～ 28,700円	H5	世帯用
風舞団地 354号(修繕中)	風連町 北栄町111	3LDK 78.6㎡ 2階建の2階	20,800円～ 31,000円	H7	世帯用
風舞団地 365号	風連町 北栄町111	2LDK 60.7㎡ 2階建の1階	16,400円～ 24,400円	H10	世帯用

の抽選終了後(入居が決定した方のみ)  
 ※欠席の場合は、入居申し込みを取り消します。

**建築課公営住宅係**  
 3階(内線3353)  
 2階(内線2212)

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(0165432111)

がん患者・家族サロン「よりみち茶話会」中止

3月に予定されていた「よりみち茶話会」は新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、中止とします。

4月以降の開催は、詳細が決まり次第お知らせします。

市立総合病院 地域医療連携室

016543101

電源立地地域対策交付金事業

この交付金は、発電用施設周辺の市町村が行う公共施設の整備や、住民福祉の向上に資する事業に対して交付されるものです。

本市には、風連町西風連に雨電発電所が設置されているため、交付金の対象地域になっています。

令和2年度においては、地域医療体制の継続と住民福祉の向上を図るために、交付金の594万円を風連国民健康保険診療所の運営費に充てています。

企画課企画調整係

3階(内線3314)

風 風連庁舎(0165532511)

後期高齢者医療制度からのお知らせ

「高額介護合算療養費制度」とは、医療と介護の両方を利用して世帯の自己負担を軽減する制度です。後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が、次の表の限度額を超えている場合に支給されます。

対象となる方には直接、申請の案内を3月下旬に送付します。

自己負担限度額表. Table with columns: 負担割合, 区分, 自己負担額の合計の基準額. Rows include 3割 (現役並み所得者) and 1割 (住民税非課税世帯).

※1 世帯全員が住民税非課税である方
※2 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下)、または老齢福祉年金を受給している方

市民課国保高齢医療係

1階(内線3118)

入湯税がかかります

4月1日から新たに入湯税が課税されます。入湯税は、市内の鉱泉浴場(温泉施設)で入湯した方に負担いただく税金です。入湯税は、環境衛生施設、鉱泉源の保護管理施設整備、観光の振興に要する費用に充てられます。

※小学生以下の方や日帰りで入湯される場合は、課税が免除されます。

税 額 入湯客1人1泊につき150円

税務課市民税係

2階(内線3201)

JR新型車両にはドアの開閉ボタンがつきます

3月13日(土)からJR宗谷本線旭川〜名寄間に新型車両が導入されます。新型車両は、ドアの開閉がボタン式です。利用者自身でドア横にあるボタンを押して乗り降りすることになります。



▲開閉ボタン(車内側)

総合政策課総合政策係

3階(内線3305)

石綿(アスベスト)を含んだ製品の処分をお願い

珪藻土バスマットやコースターなどの製品のうち、石綿(アスベスト)が含まれている可能性がある製品について、自主回収など販売者が対応しています。製品をお持ちの方は、ごみとして排出できませんので、適切な処分をお願いします。

地域公共交通活性化協議会委員募集

交通手段の確保や利便性の向上に必要な事項を協議する名寄市地域公共交通活性化協議会の委員を募集します。

◆応募資格 市内に居住、かつ市内の公共交通利用者で、平日の会議に出席できる方

◆募集人数 3人
◆任期 4月から令和5年3月31日まで

◆応募方法 「地域公共交通活性化協議会委員」に応募と明記し、住所・氏名・年齢・性別・電話番号・応募動機・普段利用する公共交通を記入して、はがきや封書などで応募ください。

◆応募期限 3月31日(水) 17時
◆企画課企画調整係
3階(内線3312)

「寄附」ありがとうございました

- 名寄市への郷土愛を育むため
一般社団法人名寄青年会議所(奥山 頭太郎理事長)
地域環境整備のために
北建工業株式会社(山本 和則代表取締役)
第一建設株式会社(寺島 香代表取締役)
橋場建設株式会社(橋場 義哲代表取締役)
学校図書のために
国際ソロプチミスト名寄(丸井 一途会長)
新型コロナウイルス感染症対策のために
株式会社イトイ産業(菅原 大介代表取締役)
大洋設備株式会社(松本 康洋代表取締役)

町内会に入りました

安心して暮らせる地域づくりを支えている町内会では、さまざまな活動を行っています。◆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。◆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。

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 3月7日(日)11:00~4月4日(日)11:00
④行政相談 とき 月~金曜日 9:15~16:00
⑤結婚相談 とき 第1金曜日17:30~19:00
⑥年金事務相談 とき 3月11日(木)10:30~16:00
⑦人権相談 とき 月~金曜日 8:30~16:30
⑧生活相談支援センター とき 月~金曜日 9:00~17:00
⑨心配ごと相談 とき 月~金曜日 10:00~17:00
⑩障がい者差別についての相談 とき 月~金曜日 8:45~17:30
⑪公証相談 とき 日~土曜日 9:00~17:00
⑫教育相談ハートダイヤル とき 月~金曜日 9:00~17:00

献血にご協力を 献血車「ひまわり号」運行日程

Table with columns: とき, ところ. Rows show dates from 3月15日 to 3月18日 and locations like 名寄市役所風連庁舎, 道北なよろ農業協同組合本所, etc.

社会福祉課福祉総務係 名 2階(内線3222)

環境生活課廃棄物対策係

1階(内線3123)

企画課企画調整係 3階(内線3312)

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(0165432111)

風 風連庁舎(0165532511)

MIURA 株式会社三浦ハイヤー 代表取締役社長 眞鍋 和一 TEL 01654-2-4321

女性 乗務員募集
男性 乗務員募集
冬期間乗務員募集
お気軽にご相談ください。

# 3月市民カレンダー

# March

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday	
<p>児童生徒の帰宅時刻</p> <p>小学生 17時</p> <p>中学生 18時</p> <p>高校生 21時</p> <p>児童生徒補導協議会 (小中高等学校)</p>	1	2	<p>3 ひなまつり</p> <p>★企画展「令和2年度新着資料展」 (30日まで)</p>	<p>4</p> <p>★運転免許更新時講習会 優良13:00 初回14:00 一般17:30</p>	5	<p>6</p> <p>★ステンドグラスサンピラー展示会 (14日まで)</p> <p>★本の読み聞かせ 13:30</p> <p>★プラネタリウム特別投影東日本大震災ドキュメンタリー 第一章15:00、第二章17:00</p>	
<p>7</p> <p>★無料法律相談 11:00 ※完全予約制</p> <p>★プラネタリウム特別投影東日本大震災ドキュメンタリー 第一章15:00、第二章17:00</p>	8	<p>9</p> <p>★宇宙の写真展2021 (28日まで)</p>	<p>10 名寄もち米の日</p> 	<p>11</p> <p>★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45</p>	<p>12</p>  <p>JOCジュニアオリンピックカップ2021の詳細ページ</p>	<p>13</p> <p>★本の読み聞かせと工作 13:30</p> <p>★プラネタリウム特別投影東日本大震災ドキュメンタリー 第一章15:00、第二章17:00</p>	
<p>14 ホワイトデー</p> <p>★プラネタリウム特別投影東日本大震災ドキュメンタリー 第一章15:00、第二章17:00</p>  <p>JOCジュニアオリンピックカップ2021</p>	15	16	17	18	19	20 春分の日	
<p>風連陶芸センター陶芸教室</p> <p>◆とき 3/11(木)、3/25(木)</p> <p>① 9:00~12:00</p> <p>② 13:00~16:00</p> <p>③ 18:00~21:00 ※各13人まで</p> <p>◆費用 粘土代1kg200円 [要予約]</p> <p>◆持ち物 エプロン・上靴など</p> <p>◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743</p>	23	<p>★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階(国保窓口)1階</p>	<p>24</p> <p>★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階(国保窓口)1階</p>	<p>25</p> <p>★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階(国保窓口)1階</p> <p>★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45</p>	26	27	<p>★お楽しみ会&amp;けん玉検定表彰式 13:30</p>
28	<p>29</p> <p>★市民文化センター大ホール一斉予約受付 (令和4年4月利用分) 14:00~15:00</p>	<p>30 広報4月号 配布予定日</p>	31	 <h2>マチイロ</h2> <p>広報なよろがアプリで読める</p>  <p>◀ダウンロードはこちらから</p>			

広報誌は保存しておきましょう

- ☒ …市民文化センター
- ☒ …スポーツセンター
- ☒ …北国博物館
- ☒ …児童センター
- ☒ …天文台
- ☒ …駅前交流プラザ「よろーな」
- ☒ …総合福祉センター
- ☒ …ピヤシリジャンツェ
- ☒ …ピヤシリスキー場
- ☒ …なよろ健康の森
- ☒ …ふうれん地域交流センター

## Airてっしで

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

令和3年1月末日現在

◆人口  
全体 27,045人(-14)  
男 13,186人(-3)  
女 13,859人(-11)

外国人住民登録者 70人(0)

出生 10人(-3)  
死亡 29人(-7)

◆世帯数  
全体 14,389世帯(-8)

※( )は前月末比

## 広報 なよろ

令和3年3月1日発行 第180号

◆発行/名寄市 ◆編集/総務部企画課広報推進係  
◆印刷/吉川印刷株式会社

### 名寄市役所

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

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

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