

# 広報 なよろ

2024  
May  
No.218

5

地域おこし協力隊4人が着任しました  
2-3ページ

ひまわりのまちプロジェクト 14ページ

移住支援金のお知らせ 16ページ



5月26日に「なよろアスパラまつり」  
を開催します！

名寄市



名寄市公式

facebook



名寄市公式

アカウント

写真：なよろアスパラまつり

(2023年5月27日撮影)

# 地域おこし協力隊 4人が着任しました

大塚翔さん、大塚遥香さん、佐藤力丸さんは農業支援員として新規就農を目指し実践的な研修を受けます。東口明香里さんは移住定住コーディネーターとして移住定住に関する相談やSNSを使って名寄の魅力発信を行い、3年間それぞれの分野で活動します。

①年齢 ②出身地 ③ 趣味 ④名寄の生活で楽しみにしていること ⑤一言



大塚 翔

- ①35 歳
- ②埼玉県
- ③ボードゲーム、囲碁、読書、物書き
- ④家族みんなが、ゆっくりとした時間の中で、のびのびと暮らしていけること
- ⑤これまで名寄の地に根ざし、名寄を育ててきた方々の、野菜や土との向き合い方、手のかけ方をしっかり学んでいきたいです。この地の野菜と土を少しでも先に送っていく、そうした地道な歩みを続けていきたいと思っています。



大塚 遥香

- ①34 歳
- ②神奈川県
- ③洋裁、レザークラフト
- ④ウィンタースポーツや自然、地場野菜を食べること
- ⑤家族で名寄市へ移住してきました。子供を育てながら今まで携わった事のない農業を新たな土地で始めることに緊張もありますが、こうして関われる機会を頂いたので、楽しみながら学んでいけたらと思っています。よろしくお願いします。



佐藤 力丸

- ①22 歳
- ②奈良県
- ③体を動かすこと、釣り、サッカー
- ④四季の自然の変化
- ⑤雪の降る地域での生活は初めてで、雪景色を見られることが今から楽しみです。本当に農業について知らないことばかりなので、楽しみながら学んでいきたいです。名寄の農業を支える1人になれるよう精進します。



東口 明香里

- ①28 歳
- ②大阪府
- ③映画鑑賞、写真(風景・花)、ゲームなど、インドアからアウトドアまで多趣味です
- ④夏はキャンプ、冬はウィンタースポーツ、自然の中で自然と共に生きること
- ⑤自分自身が名寄での生活を目一杯楽しみ、たくさんの好きを見つけたいです。そして、見つけた好きを共有できる方と、コミュニティを広げたいです。

## 広報 なよろ

令和6年  
5月号  
(No.218)

地域おこし協力隊4人が着任しました

2-3

市立認定こども園「あいあい」が  
オープン

4

健康ガイド

5

市立総合病院からのお知らせ

6-7

年に1度特定健診を受けましょう

8-9

民生委員・児童委員・主任児童委員  
を紹介します

10-11

「エコひまちゃん」通信

12

自転車安全利用五則を守りましょう

13

ひまわりのまちプロジェクト

14

今月の手話

消費生活センター通信

15

移住支援金のお知らせ

体育施設オープン情報

16

観光列車「花たび そうや」

17

施設のお知らせ

18-22

暮らしのお知らせ

23-27

# 地域おこし協力隊活動報告

雪も解けて暖かいと感じる日も多くなってきました。

今年の冬は2月に雪まつりの五色綱引きに助っ人として参加させていただきました。

五色綱引きはただ綱引きをするのではなく、5本あるうちのどの綱を取りに行くのか、ハンデカードを発動させる、させないなど考える要素がたくさんあって、面白い競技だなと感じました。

農作業のほうでは、冬の間は星空雪見ほうれん草の収穫を行いました。星空雪見ほうれん草は葉が分厚くて糖度が高く、とても甘くて美味しいのでぜひ冬に見かけたら口にしてほしいです。

写真は3月に作業したハウスのビニール張りをしているものですが、本格的な農作業が始まっています。これからどんどん暖かくなっていき農作業が忙しくなっていきますが、体を壊さないよう体調管理をしながら活動を行っていきたいと思います。

さとう がく  
**佐藤岳隊員**



こんにちは、地域おこし協力隊の森和季です。

年度が変わり、協力隊の任期も残すところ、あと一年になりました。

冬季は、なよろ観光まちづくり協会運営のパウダースノーサファリの受け入れを主にしました。東南アジアを中心とする海外のお客様の割合が多く、大変好評をいただきました。全てのゲストにそれぞれ思い出がありますが、母校の後輩が来てくれたときは、キャンパスライフ等の話題で盛り上がり、非常に懐かしい気持ちになりました。

また、会場を変えて一新した「なよろ雪質日本一フェスティバル」は、多くの方にご来場いただき、大盛況の中、無事終わることができました。

雪が溶け、5月以降になると本格的に夏季のアクティビティの準備となります。サバイバルゲームの設営や、カヌーのトレーニングを始動します。これまで培った内容をブラッシュアップし、より多くの方楽しんでいただけるよう邁進いたします。

もり かずき  
**森和季隊員**



## にしかわ りょう 西川僚隊員退任あいさつ

新規就農を目標に着任して2年、無事に4月から就農しましたことをご報告いたします。

風連地区で主にもち米、大豆、スイートコーンを作ります。

これまで地域の方や関係機関の方に大変お世話になり、ありがとうございました。たくさんの農家さんのもとで研修をさせていただき、農業の楽しさ大変さを感じました。特に気候に関しては静岡県から来たということで生活面含めて驚きと新しいことばかりでした。2歳だった娘も4歳になりお友達と夏はBBQに冬はスキーや雪遊びをして、名寄らしい生活を送ることができました。

任期中、特に感じたのは”農業”をすることでした。就農後は”農作業”だけではなく、経営もしなくてははいけません。これまで経験したことのない気候、資材・燃料など全てのものが高騰する中で如何に経営をしていくか、日々学びと実践だと思いました。

まだまだ未熟ですが基本技術を身に着け様々なことにチャレンジして丁寧な仕事をしていきたいです。また町内会や農協青年部活動にも参加することで年代を超えて色々な方と交流することができました。お酒が飲めない私ですが、交流の場は好きなので家族含め今後も積極的に参加し地域の一員として頑張っていきます。

最後になりますが、2年間活動を見守り応援していただきありがとうございました。自分が選んだこの地でこれからも力いっぱい頑張っていきますので、今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



### 問い合わせ

- 経済部農業経営担当(風連庁舎1階) ☎01654③2111 (内線2319)
- 経済部産業振興課(名寄庁舎3階) ☎01654③2111 (内線3342)
- 総合政策部秘書広報課(名寄庁舎3階) ☎01654③2111 (内線3308)

## 市立認定こども園「あいあい」がオープン

4月1日、市立としては初めてとなる認定こども園が開園しました。  
新たな子育ての拠点施設として整備されるほか、総合福祉センターにあるこどもらんどが併設されました。



3月29日に開園式が執り行われ、加藤市長は「愛称の『あいあい』には、たくさんの『出会い』と『愛』溢れる園になりますようにという願いが込められています。長きにわたり歴史を刻んできた西保育所と南保育所は令和5年度をもって閉所になりますが、これまでの歴史と伝統を引き継ぎながら、地域の皆さまから愛される園となること、子どもたちが多くの出会いを通して笑顔に溢れ、健やかに成長することを願い、新たなスタートを切ります」とあいさつ。愛称『あいあい』を考案した、市内在住の平間紫希華さん(5歳)に加藤市長から表彰状を手渡しました。

あいあいは『木育』を意識しており、木をふんだんに使用した内装は温かみを感じられるようになっています。子どもたちが自然に触れながらのびのびと育ててもらえる施設となるよう、園庭や園舎周辺にも木や花を多く植える予定です。さらに、新たに保育ICTシステムを導入することにより、こども園と保護者の円滑な情報共有が図られるとともに、保護者や保育士の負担軽減、保育の質の向上に繋がっていきます。

住 所 **名寄市西6条南9丁目1番地10**

対象年齢 0歳(生後57日)～小学校就学前まで

定 員 150人

※入園のお手続きなどについては、お問い合わせください。

問い合わせ 名寄庁舎こども福祉係(名寄庁舎2階)

☎01654③2111(内線3242)





# 「不妊治療費(先進医療)等」の一部を助成します

名寄市では、不妊治療における経済的負担を軽減するため、医療保険適用された治療と併用して実施された先進医療（厚生労働大臣が定める不妊治療の技術）に要する費用と交通費の一部を助成します。

## 対象者

令和5年4月1日以降に開始した治療が対象となり、次の①～④すべての要件に当てはまるかが対象です。

- ①治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満である夫婦
- ②夫婦のいずれか一方が、申請時点に名寄市に住所があるかた
- ③夫婦であること（事実婚関係にあるものも含む）
- ④助成を受けようとする先進不妊治療について、他の自治体で助成を受けていないこと

## 助成内容

治療費：医療保険適用と併用可能な先進医療を用いた「1回の治療」につき、自己負担額の7割とし、35,000円を上限とする。

交通費：自宅から医療機関までの距離（往復分）に応じた基準額に3分の2を掛けた額。1回の治療につき5回までを助成。

# 新型コロナウイルス感染症に関する 令和6年4月以降の対応について

令和5年5月8日から、感染症法上の位置づけが2類相当から5類感染症（季節性インフルエンザ等）へと移行されて以降、段階的に医療体制や財政支援等の特例措置が継続されてきましたが、令和6年3月末で特例措置は終了となり、通常の医療提供体制に移行となります。

## 医療提供体制

広く一般の医療機関で、通常の医療提供体制により対応できることとなります。

## 医療費

公費支援が終了となり、医療保険の自己負担割合に応じた通常の窓口負担になります。

医療保険において、毎月の窓口負担（治療費の費用を含む）について高額療養費制度が設けられており、所得に応じた限度額以上の自己負担は生じません。

## ワクチン接種

全額公費による無料接種は3月末で終了となり、4月からは、一部もしくは全額自己負担となります。4月以降は、65歳以上の高齢者、60歳以上の心・腎・呼吸器機能不全等の疾患を有する方を定期接種として一部自己負担、上記以外の任意接種については全額自己負担で接種可能となります。基本、年1回（秋から冬にかけて）接種となります。

# 健康 ガイド

## 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

## 休日当番医 急患に限ります

5月3日 名寄市立総合病院

～6日 ☎01654③3101

12日 あべクリニック

☎01654⑨7011

19日 名寄中央整形外科

☎01654③2006

26日 たに内科クリニック

☎01654③1223

なよろ眼科

☎01654③0746

6月2日 名寄市立総合病院

☎01654③3101



…救急医療情報案内……

フリーダイヤル

☎0120(20)8699

## 子育て保健事業 についてのお知らせ



## 5月の予定

16日(木) 乳児健診

20日(月) 股関節脱臼検診

22日(水) 3歳児健診

23日(木) ちびっこひろば①

24日(金) 1歳6か月児健診

28日(火) 計測日

※ご希望の方は事前に保健センターまでご連絡ください。

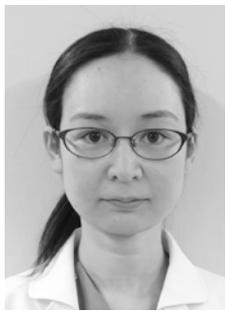
30日(木) ちびっこひろば②

※対象の方には、個別にご案内しています。

# 新たに着任した医師を紹介します

名寄市立総合病院は、これからも名寄市民、そして道北地域の住民の皆さまに対して、急性期医療を提供する基幹病院としての役割をより一層果たしてまいります。

令和6年度は、18診療科66人体制で診療業務を行っております。今回、新たに着任した25人の医師を紹介いたします。



小児科 栗澤 未央 シューン 医員



総合内科 林 潤希 医員



消化器内科 阪本 拓海 医員



消化器内科 松田 佳樹 医員



循環器内科 久保 勇進 医員



心臓血管外科 清水 要 医員



外科 原 峻太郎 医員



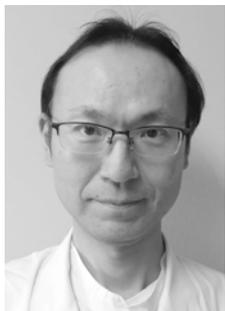
小児科 石若 久海子 医員



小児科 土川 颯 医員



小児科 柴垣 有希 医員



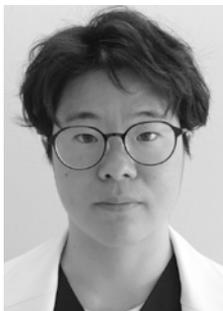
心療内科 精神科 高崎 英気 医師



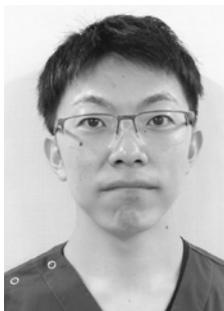
皮膚科 野口 藍子 医員



産婦人科 林 萌恵 医員



産婦人科 佐藤 湊斗 医員



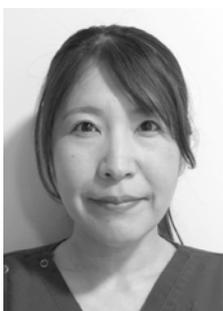
整形外科 奥原 一貴 医長



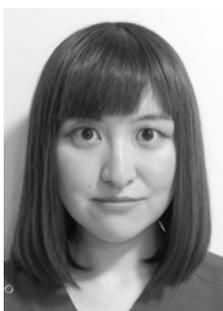
救急科 和知 修太郎 医員



救急科 砂田 大貴 医員



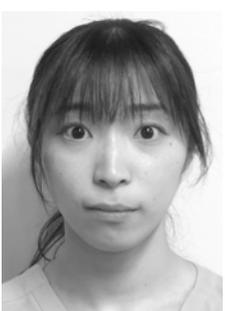
麻酔科 阿部 眞惟 医員



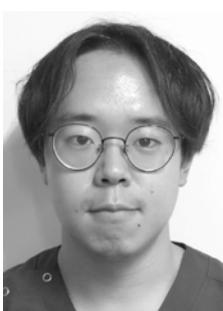
麻酔科 山中 瑛里加 医員



麻酔科 田畑 宏樹 医員



研修医 鈴木 天海 先生



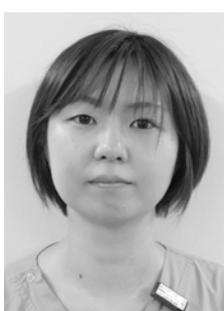
研修医 神谷 紘一郎 先生



研修医 伊東 佳昭 先生



研修医 鮎田 眞佳 先生



救急科 大武 志帆 医員



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 (令和6年4月現在)

○=診療可能 ×=診療不可

科目	曜日	受付区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	備考
循環器内科	午前		○	○	○	○	○	・初診の方は予約を行っていません。平日11:30までに予約外受診して下さい。 ※予約外は待ち時間が長くなります。 ※午後は完全予約制のため、予約外の診療は行ってません。
	午後		※診療は行っていません					
呼吸器内科	午前		○	○	×	○	出張医	・完全予約制。初診の予約は連携室経由または、予約センターで予約になります。 ※初診の方は、紹介状または健診結果が必要です。
	午後		※予約再診のみ診察					
神経内科	午前		×	×	出張医	×	×	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・毎月第1・3水曜日のみの診療です。 ※出張医の都合で変更する場合があります。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	午後		×	×	出張医	×	×	
消化器内科	午前		○	○	○	○	○	・初診の方は予約を行っていません。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		※診療は行っていません					
糖尿病・代謝内科	午前		×	出張医	出張医	出張医	出張医	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・他院からの転院紹介の初診は、地域連携室を経由して予約してください。 ※初診の方は木・金のみ診療で、紹介状または健診結果が必要です。
	午後		×	×	×	出張医	×	
総合内科	午前		○	○	○	○	○	・予約は行っていません。 ※午後の診療は行っていません。
	午後		※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)、ワクチン外来(毎週火・木)は予約センターで予約してください。 ・専門外来の予約は小児科外来で予約できます。 ・小児科は、中学3年生までが対象です。
	午後		○	○	○	○	○	
外科	午前		○	×(手術)	○	×(手術)	×(手術)	・予約センターで予約してください。 ・午前は10時から診療します。 ・専門外来の乳腺外来は完全予約制です。(乳がん検診を行っています)
	午後		※診療は行っていません					
心臓血管外科	午前		×(手術)	○	×(手術)	○	×(手術)	・予約センターで予約してください。
	午後		※診療は行っていません					
整形外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約してください。 ・外来担当医はホームページでご確認ください。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		※診療は行っていません					
脳神経外科	午前		×(手術)	○	×(手術)	○	○	・初診の方は予約を行っていません。予約外でお越しください。 ・月・水は外来診療は行っていません。 ・午後の診療は行っていません。
	午後		※診療は行っていません					
産婦人科	午前		○	○	○	○	○	※原則予約制です。緊急性の高い症状に関しては電話でご相談ください。 ・第4金曜の午後および第3金曜は専門外来です。 ・母乳についてのご相談は外来に電話をしてください。 ・◆=月・水の午後は、婦人科・産後健診のみです。 ・子宮頸がんワクチンは、月・水・金の午後です。完全予約制です。
	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		○(特殊検査)	○(手術)	○(特殊検査)	○(特殊検査)	○(手術)	
耳鼻咽喉科	午前		○	○	○	○	○	・初診、再診とも予約センターで予約できます。 ・午後は14時から診療します。
	午後		○	○	×(手術)	○	○	
泌尿器科	午前		○	○	○	×(検査)	○	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・木曜日は外来診療は行っていません。
	午後		※診療は行っていません					
皮膚科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約してください。(初診、再診可) ・午後は14時から診療します。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		×(手術)	○	×(手術)	×(手術)	○	
心療内科・精神科	午前		○	○	◇	○	○	・初診の方は予約センターで予約してください。 ※予約外は待ち時間が長くなります。 ※◇=水曜日は予約のみの診療です。
	午後		※診療は行っていません					
ペインクリニック 外来	午前		×	×	×	×	○	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・毎週金曜日、午前みの診療です。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	午後		※診療は行っていません					

専門外来	小児科	心臓外来、神経発達外来、内分泌外来、アレルギー外来	・診察日と予約は小児科外来へ問い合わせください。
	外科	乳腺外来は出張医です	・木曜日午前。予約制です。 ・当院の乳腺外来は乳がん検診です。
	産婦人科	不妊・不育症外来 更年期外来	・第3金曜日です。予約制です。 ・第4金曜日午後(変動あり)。予約制です。

- 日帰り人間ドックおよび脳ドックは毎週火・木曜日に実施しています。(事前予約制 ☎01654③3101(内線1317))
- ★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。
- ★緊急の患者対応のため、予約の時間にお呼びできない場合があります。
- ★医師の出張などにより、診療体制が変更になる場合があります。
- ★受付後は、受け付けされた外来窓口まで速やかにお願いします。
- ★外来への問い合わせは、午後(13:30以降)をお願いします。
- ★【健康診断について】予約外で10:30までに受け付けしてください。なお、水・金曜日は行っていません。  
 ・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110円)



お願い！電話で予約の際は診察券を準備のうえ予約してください。午前は窓口が混雑するため、電話は午後をお願いします。なお、午後でも電話が繋がりにくい場合があります。

名寄市立総合病院

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



名寄市国民健康保険

# 年に一度特定健診を受けましょう



自覚症状の有無で健康の判断をしていませんか？

特定健診は、内臓脂肪が過剰に蓄積した「メタボリックシンドローム」に着目した健診です。内臓脂肪が蓄積することで引き起こされる高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病は自覚症状がありません。そして、**高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、自覚症状がないまま進行してしまいます。**

生活習慣病が重症化することで、脳卒中や心筋梗塞、人工透析の必要な腎臓病などを引き起こし、**長期入院や介護を必要とする状態**につながるというわれています。

日頃からの健康管理について考えるきっかけとして、まずは**特定健診の受診を入り口**に考えてみませんか？

国保制度における**特定健診の目標受診率は60%**となっており、達成できない場合は**保険料の増額に反映される仕組み**を国は進めています。

健診はどれくらいの方が受けているの…？

令和4年度の名寄市国保における**特定健診受診率は36.8%**（表1）、令和3年度より増加したものの、国の**目標受診率とする60%**を達成するためには、**あと約800人**の受診が必要です。

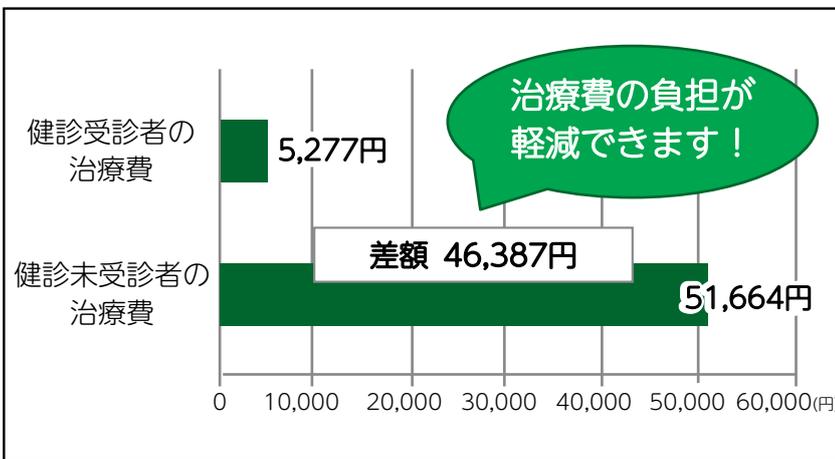
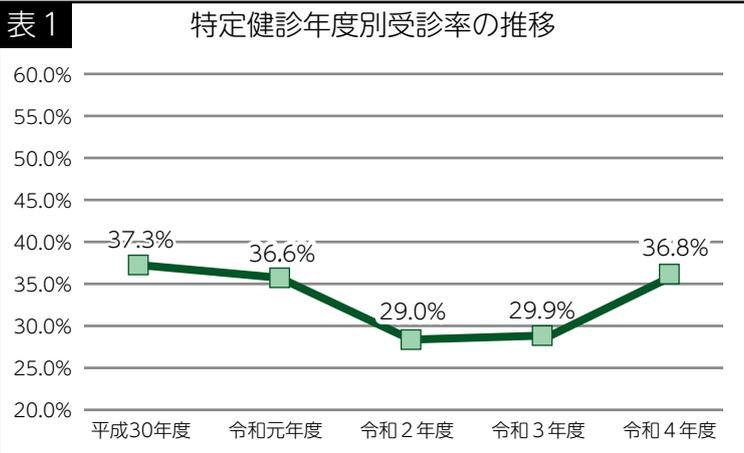
健診を受けるのと受けないのでどれくらい差があるの…？

特定健診を受けている人の生活習慣病治療費（R4）は、受けていない人と比べて年間**46,387円**も安くなっています！

健診を受けるメリット

- 40～74歳の方は、無料で受けられます。
- 名寄市独自で国の制度を拡大し、30歳から特定健診と同じ内容での健康診査が無料で受けられます。
- がん検診や他の検診も同時に受診できる日があります。

健診を受けて、自分の身体の状態を知ること、生活習慣に気をつけたり、早期に治療を開始することができます。  
**1年に1回健診を受けて、確認しましょう！**



## 令和6年度 特定健診の日程

「特定健康診査受診券」を持参することで①～⑤のどれかひとつの方法で特定健診が受診できます。

※30～39歳の方は受診券がなくても無料で受診できるため、受診券を送付しておりません。

※重複して受診した場合は健診料金が全額自己負担となる場合がありますので、ご注意ください。

種類	特徴	とき・ところ	検査内容	同時に受けられる検診
① 総合検診	最寄りの市内施設で受診できます  <b>対象者</b> 30歳以上	保健センター 令和6年7月3日(水)～7月8日(月) 10月23日(水)～10月25日(金) 令和7年1月9日(木) ふうれん健康センター 令和6年6月12日(水)～6月14日(金) 10月26日(土) 令和7年1月10日(金) 風連日進コミュニティセンター 令和6年7月9日(火) 総合福祉センター 令和6年6月11日(火) 智恵文多目的研修センター 令和6年10月22日(火)  ※事前に保健センターへ申し込みが必要です	○計測 ・身長 ・体重 ・腹囲  ○血液検査  ○尿検査	①の場合 胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 肝炎ウイルス エキノコックス症
② バス送迎検診	無料送迎バスつき  <b>対象者</b> 30歳以上	旭川がん検診センター 令和6年6月26日(水)～6月27日(木) 10月29日(火)～10月30日(水)  ※事前に保健センターへ申し込みが必要です	○血圧測定  ○問診  ○医師による診察	②③の場合 胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 肝炎ウイルス エキノコックス症 子宮がん 乳がん
③ 個人検診	受診日を自分で決められます  <b>対象者</b> 30歳以上	旭川がん検診センター 令和6年4月1日～令和7年3月31日まで随時 ○今年度は日曜日でも受診可能となりました (受診可能な日曜日) 令和6年9月29日 10月20日 11月24日 12月22日 令和7年2月9日 3月23日  ※事前に保健センターへ申し込みが必要です	10月20日はレディースデーとなっており、受診予約は女性のみです。	
④ 個別健診	かかりつけ医で受診できます  <b>対象者</b> 40歳以上	片平外科脳神経外科 <b>要予約</b> ☎01654③3375 たに内科クリニック <b>要予約</b> ☎01654③1223 名寄三愛病院 ☎01654③3911 名寄市風連国民健康保険診療所 <b>要予約</b> ☎01655③2545 名寄中央整形外科 ☎01654③2006 名寄東病院 <b>要予約</b> ☎01654③2188 吉田病院 <b>要予約</b> ☎01654③3381 令和6年6月1日～令和7年3月31日まで随時  ※ <b>要予約</b> は事前予約が必要です。医療機関に直接お電話ください	○計測 ・身長 ・体重 ・腹囲  ○血液検査 ○尿検査 ○血圧測定 ○問診 ○医師による診察	特定健診のみ  ※がん検診は受けられません
⑤ 人間ドック	<b>対象者</b> 30歳以上 ※加入要件あり	人間ドックの受診により特定健診を受けたものとし、費用の3分の2を助成しています。受診する医療機関によって手続きが異なりますので、詳細は医療年金係へ問い合わせください。		

### ①～③の検診申し込み・問い合わせ ☎

保健センター(西2北5) ☎01654②1486

### ④、⑤およびその他問い合わせ ☎

市民課医療年金係(名寄庁舎1階)  
☎01654③2111(内線3116)

# 民生委員児童委員

## 主任児童委員

をご紹介します

◆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)

### 民生委員児童委員(名寄地区)

- ◆1区(南9丁目以南)  
谷津 万里(西6南9)  
☎01654③0377
- ◆1区(南8丁目以北)  
藤田 邦子(西5南7)  
☎090-5515-6660
- ◆2区  
丸山 隆司(西2北2)  
☎01654③5656
- ◆第3区  
村上 芳文(西3南2)  
☎01654③6458
- ◆4区  
中村 長平(西4南3)  
☎01654③4443
- ◆南5区  
鳥谷 由美(西5南5)  
☎090-9759-3304
- ◆北5区(西6条以东)  
松崎 義昭(西7南3)  
☎080-11887-9002
- ◆北5区(西7条以西)  
千葉 壽竜(西8南3)  
☎090-8272-1543
- ◆第6区  
猿谷 由利子(西2南6)  
☎01654②3047
- ◆7区  
深井 信子(西2南10)  
☎01654③6336
- ◆8区  
武田 茂(大通南9)  
☎090-8899-1443
- ◆9区  
櫻井 由美(大通南5)  
☎01654③6560
- ◆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)  
本郷 洋美(東1北3)  
☎01654③5645
- ◆東12区(北4丁目以北)  
田中 良一(東3北5)  
☎01654③9249
- ◆西12区  
内海 登久子(大通北3)  
☎01654②3517
- ◆第13区(中央通以北)  
奥村 澄子(東3北2)  
☎01654③0003
- ◆第13区(中央通以南)  
今 薫(東4南1)  
☎01654③6225
- ◆第14区(南5丁目以北)  
遠山 徳治(東2南4)  
☎01654③8054
- ◆第14区(東3条以东)  
川崎 かおる(東3南6)  
☎01654③5339
- ◆第14区(東3条以西)  
川上 春男(東2南11)  
☎01654②5339
- ◆15区  
山岡 貢(大通南10)  
☎01654③1510
- ◆16区  
太田 國尾(西1南12)  
☎080-22862-3733
- ◆17区  
羽根川 瑞江(西5北3)  
☎01654③7314
- ◆第18区  
森重 裕(西2南12)  
☎01654③5417
- ◆第19区  
大山 忠嗣(西6北3)  
☎01654③7269
- ◆20区  
宍戸 智子(西9北2)  
☎01654③1683
- ◆21区  
木田 雅博(西11北3)  
☎01654③4266
- ◆寺町区  
原田 多美子(西5南2)  
☎01654②5804
- ◆北新区(西2条以东)  
向井 孝夫(西1北6)  
☎01654③5165
- ◆北新区(西2条以西)  
高橋 勝(大通北6)  
☎01654③9270
- ◆栄町区(中央通以南・中島区)  
吉川 ひろ子(西11南1)  
☎01654②5505
- ◆栄町区(中央通以北)  
藤平 昭夫(西12南1)  
☎01654③0872
- ◆西町1区  
帆鷲 吉行(西11南3)  
☎01654②5762
- ◆西町3区(西11条以东)  
加藤 英明(西10南9)  
☎01654③9812
- ◆西町3区(西12条以西)  
中林 かつ枝(西12南7)  
☎01654③6252
- ◆旭東区  
佐藤 洋一(西5北4)  
☎090-5227-3574
- ◆旭東区(西6条以东)  
東川 明美(西5南11)  
☎01654③6512
- ◆旭東区(西6条以西)  
坂口 博貴(西8南12)  
☎01654③6423
- ◆旭東区  
谷野 賢一(東6南3)  
☎080-3262-6913
- ◆旭ヶ丘区・南ヶ丘  
佐藤 雅道(徳田4)  
☎01654③1838
- ◆旭東区・療養所区  
松島 廣志(東5南2)  
☎01654③7017
- ◆旭東北区  
小野 久男(東2北8)  
☎01654③6541
- ◆北斗区  
山田 敏也(大橋90)  
☎01654②1639
- ◆新北斗団地  
阿部 はるみ(大橋75)  
☎01654③1811
- ◆大橋商工団地  
矢合 利幸(西8北8)  
☎01654②5091
- ◆大橋区(西7条以东)  
石谷 孝雄(西10北6)  
☎01654③3288



- ◆大橋区(西8条以西)  
飛田 聖(西8北5)  
01654③2489
- ◆砺波  
岩井 敏(砺波607)  
01654③2298
- ◆日進  
遠藤 洋子(日進105)  
01654②4569
- ◆豊栄区(豊栄東区)  
佐藤 真弓(西11南11)  
01654③0654
- ◆豊栄区(豊栄西区)  
山川 絹子(西12南10)  
090-6876-5095
- ◆豊栄区(豊栄南区)  
中村 浩(豊栄136)  
01654②1476
- ◆弥生  
木田 芳夫(弥生307)  
01654③5089
- ◆曙  
清水 恵子(曙818)  
01654②3860
- ◆共和  
中野 寿子(共和426)  
01654③3534
- ◆徳田区(1線以南)  
草刈 朝(徳田232)  
01654③1050
- ◆徳田区(1線以北)  
井元 和正(徳田65)  
090-6261-7117

- ◆緑丘・農高区  
照井 光男(緑丘29)  
01654③7381
- ◆中名寄  
佐藤 哲夫(朝日1563)  
01654②2070
- ◆瑞穂・内端  
植西 陽一(瑞穂178)  
090-6699-5951
- ◆鉄道区・サンピラー区・  
マーガレットヴィラ  
松井 栄子(西2南11)  
01654②1246
- ◆民生委員児童委員 智恵文地区  
◆智恵文(智北)  
遠藤 俊博(智恵文14線北37)  
01654⑧2404
- ◆智恵文(八幡・北星)  
蓑輪 千恵(智恵文11線北23)  
01654⑧2424
- ◆智恵文(更正・振興)  
尾関 章一(智恵文8線南14)  
01654⑧2460
- ◆智恵文(中央・瑞和)  
奥山 尚和(智恵文10線北12)  
01654⑧2538
- ◆智恵文(親和・智西)  
遠藤 和子(智恵文14線北12)  
01654⑧2628
- ◆智恵文(智南・南)  
菅田 浩司(智恵文模範林  
大沢農耕地14)  
01654⑨3600

- ◆民生委員児童委員 風連地区  
◆風連中央区  
中野 祐子(風連町仲町216)  
01655③3160
- ◆風連中央区(旧本町)  
中尾 朋子(風連町本町68)  
01655③2062
- ◆風連南区(旧南町)  
熊谷 守(風連町緑町34)  
01655③4058
- ◆新大町  
大野 洋子(風連町大町36)  
01655③2433
- ◆風連北栄  
北浦 陽子(風連町北栄町)  
080-6090-4611
- ◆風連西区(西町南側)  
久保 慶子(風連町西町169)  
01655③2398
- ◆風連西区(西町北側)  
宮崎 久美子(風連町西町61)  
01655③4387
- ◆風連2区・下多奇(3区)  
宮西 一昭(風連町  
瑞生4389)  
01655③3667
- ◆下多奇(4区・5区)  
今村 義幸(風連町  
瑞生3543)  
01655③4172

- ◆風連豊里  
橋本 良久(風連町  
豊里1057)  
01655③3015
- ◆風連アカシヤ  
住田 信幸(風連町  
中央1666)  
01655③3308
- ◆東風連(3〜12班)  
高木 美栄子(風連町  
東風連3372)  
01655③3359
- ◆東風連(1,2,13〜16班)  
松本 勲(風連町  
東風連1999)  
01655③2550
- ◆風連旭  
中野 律子(風連町  
旭2137)  
01655③3270
- ◆風連日進西(旧12区)  
佐藤 一男(風連町  
日進2830)  
01655②6102
- ◆風連日進東(旧13区)  
山本 良広(風連町  
日進5263)  
01655②6222
- ◆西風連  
又村 美管理(風連町  
西風連2300)  
01655③3590

- ◆主任児童委員 全地区  
◆東地区  
吉川 一茶(東7南1)  
01654③8890
- ◆東地区  
得能 あけみ(東4北7)  
01654③0020
- ◆西地区  
今村 多美子(西13南9)  
01654②5848
- ◆西地区  
宗万 広美(瑞穂354)  
01654②5519
- ◆南地区  
大沼 広明(東4南9)  
01654③3407
- ◆南地区  
笹原 博幸(徳田4)  
01654③1053
- ◆北地区  
川口 昭子(西13南1)  
01654②5244
- ◆北地区  
武田 智恵子(西5北4)  
01654③6962
- ◆風連地区  
鈴木 きみ子(風連町  
東風連3820)  
01655③3314
- ◆風連地区  
七條 千文(風連町南町81)  
01655③2434

# ごみ分別マスコットキャラクター 「エコひまちゃん」通信

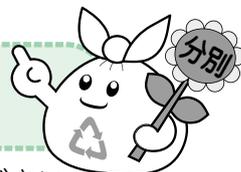


申し込み・問い合わせ  
市民部(廃棄物対策担当)(名寄庁舎1階)  
☎01654③2111(内線3123~3126)

## 春の清掃週間 5月5日(日)~11日(土)

今年も「春の清掃週間」を実施しますので、皆様のご協力をお願いします。

### 5月11日(土)は「一斉清掃日」です！



清掃週間や一斉清掃日における清掃活動の日程は、廃棄物対策担当までご連絡ください。  
各地区のごみ収集日は次のとおりです。

#### 名寄市街地区

埋立ごみの日に収集  
または11日(土) 午後に収集

#### そのほかの地区

埋立ごみの日に収集  
または 廃棄物対策担当による収集

## 段ボールコンポストに挑戦してみませんか？

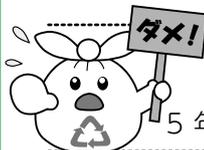
市では、生ごみを堆肥化することで、ご家庭から出るごみの減量化につながる「段ボールコンポスト」の資材を市民の皆さんに無料配付しています。配付時には使用方法や注意点を記載したチラシをお渡ししています。興味のある方は廃棄物対策担当までご連絡ください。

- ◆受付方法 …… 廃棄物対策担当窓口または電話で申込み
- ◆受付期間 …… 5月7日(火)から5月31日(金)まで
- ◆受付人数 …… 40人(申込多数の場合は、初めての方を優先)  
(申込数が40人まで達しない場合は、6月28日(金)まで追加募集)
- ◆お届け方法 …… 6月上旬から電話連絡の上、配達
- ◆配付する物 …… ピート君25リットル、温度計

#### ご自身で用意いただくもの

- 段ボール
- 新聞紙
- シャベル(かき混ぜ用)
- 底上げ用の木材
- など

生ごみを堆肥にする材料です



## ごみのポイ捨て・野焼きは「犯罪」です！

5年以下の懲役、もしくは1,000万円以下の罰金、またはこの併科が科せられます。

空き地や道路などでは、空き缶やたばこの吸い殻、弁当ガラなどごみのポイ捨てが目立ちます。ごみのポイ捨ては不法投棄と同じく「犯罪」です。絶対にやめましょう。ポイ捨て(不法投棄)されたごみは、ポイ捨てした人が片付けなければならない、投棄した人が不明の場合は、土地所有者(管理者)がごみを処分しなくてはなりません。雑草などの除去や柵・看板の設置などの対策を講じ、不法投棄されない土地の管理をお願いします。

また、ごみの野焼きも法律で禁止され、重い罰則の対象となる行為です。煙や悪臭など、近隣の方にとって大変迷惑な行為となるだけでなく、ダイオキシン類等の有害物質が発生し、環境汚染の原因ともなります。

不法投棄や野焼きを発見した場合は、廃棄物対策担当または警察署に連絡してください。



# 自転車安全利用五則を守りましょう！

令和4年11月1日に中央交通安全対策会議交通対策本部決定により自転車安全利用五則が改定となりました。たかが自転車と軽く考えず、交通ルールをしっかり守り、事故に遭わない・遭わせない運転を心がけましょう。

## ～自転車安全利用五則～

### ①車道が原則、左側を通行

#### 歩道は例外、歩行者を優先

例外的に自転車が歩道を通行することができるケースは次のとおりです。

- 「自転車の歩道通行可」の標識があるとき。
- 13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者が自転車を運転するとき。
- 法令で定める身体障がいのある方。
- 道路工事中や、自動車の交通量が著しく多いなど、車道または交通の状況から見て、自転車の通行の安全を確保するためやむを得ないとき。

### ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

自転車も車両の仲間です。道路標識などにより、一時停止すべきとされている場所では必ず一時停止し、安全を確認しましょう。

### ③夜間はライトを点灯

夜間も必ずライトを点灯しましょう。

### ④飲酒運転は禁止

自転車も飲酒運転は禁止です。



### ⑤ヘルメットを着用

自転車を利用するすべての人は、自転車事故による被害を軽減するために、乗車用ヘルメットを着用しましょう。

幼児・児童を保護する責任のある人は、幼児・児童を自転車に乗せるときには、乗車用ヘルメットを着用させるようにしましょう。

※道路交通法改正により令和5年4月1日から全ての自転車利用者に対して乗車用ヘルメットの着用の努力義務が課されています。



## ヘルメットはあなたの命を守ります！



ヘルメット非着用で自転車事故により亡くなった人の約6割は頭部を損傷しています(H29～R3)。また、ヘルメット非着用の致死率は、着用時と比べて約2.2倍も高くなっています。自転車事故による被害を軽減するためには、頭部を守ることが大変重要です。

◆問い合わせ 環境生活課（名寄庁舎1階）☎01654③2111（内線3121）

# ひまわりのまちプロジェクト

NPO法人なよろ観光まちづくり協会では、街中にたくさんのひまわりを咲かせて、訪れる方を歓迎する「ひまわりのまちプロジェクト」を進めています！

## ひまわりボランティア募集中

市内を彩るひまわりの作付けなどの環境整備を行います。

### ◆ボランティアの資格

ひまわりを大事に育てられる方なら誰でもOK！個人・団体を問いません。

### ◆ボランティアの仕事

5月～8月にひまわり作付けや除草作業などを予定しています。

### ◆ボランティアの登録

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、ご都合の良いときにご参加ください。



#### 問い合わせ・ボランティア登録

NPO法人なよろ観光まちづくり協会(駅前交流プラザ「よろーな」1階)  
☎01654⑨6711 ✉n-contact@nayoro-kankou.com

※ひまわりの種無料配布は、昨年度で終了しました。

## 名寄市日進地区でのバスの乗降が無料です!

道立サンピラーパーク、なよろ健康の森、ピヤシリスキー場など、日進地区の公共施設の利用促進を目的に、「日進ピヤシリ線」のバスを利用し、**日進地区で乗降する方は運賃が無料となります。**

- ◆期間 令和7年3月31日(月)まで
- ◆対象 日進研修センター～ピヤシリスキー場 間で乗降する方  
※名士バス～北斗団地前 間で乗降する方は通常料金となります。

#### 問い合わせ

産業振興課(名寄庁舎3階)  
☎01654③2111(内線3343)

## 市民の皆さまにさまざまな情報を幅広く周知できる『広報なよろ』を利用しませんか？

広報なよらの広告掲載に関する内容は次の通りです。お店のPRや事業のご案内などにぜひご活用ください。

### ◆枠の大きさは4種類

1号広告  
縦45mm×横90mm

2号広告  
縦45mm×横180mm

3号広告  
縦125mm×横180mm  
※1ページの半分

4号広告  
縦260mm×横180mm  
※1ページ分

規格	1号広告	2号広告	3号広告	4号広告
掲載料(単月)	15,000円	22,000円	52,000円	100,000円
掲載料(長期継続)	13,000円	18,000円	46,000円	92,000円

※長期継続の掲載料は1カ月あたりの金額で、掲載月数×上の金額となります。

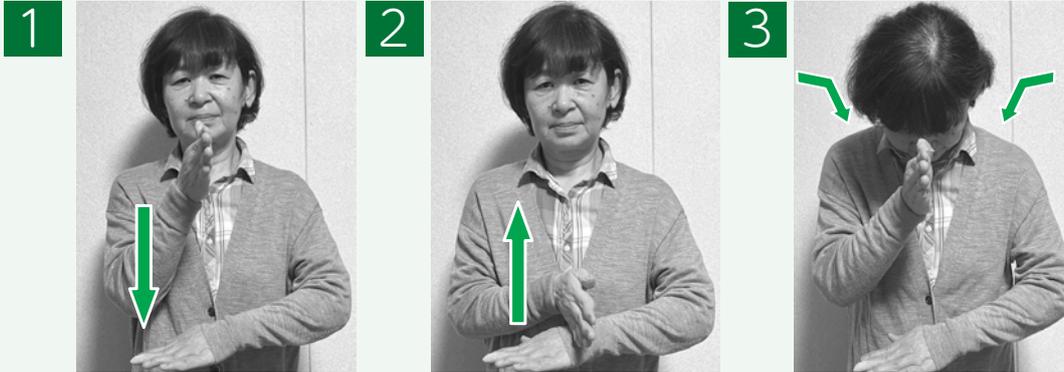
■申し込み・問い合わせ 秘書広報課広報推進係(名寄庁舎3階) ☎01654③2111 (内線3306)

# 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に親しんでいただくために、隔月1つずつ手話を紹介します。

◆問い合わせ 社会福祉課(名寄庁舎2階)  
☎ 01654③2111(内線3225)

## その79「ありがとう」



右手の手刀を左手の甲にトンと当て、右手をすぐに上げると同時に頭を下げます。相撲の手刀の表現が由来です。

※名寄手話の会では、手話を学び福祉向上に関わる活動をしています。  
ぜひ見学にお越しください。お待ちしております。  
(名寄市総合福祉センター 毎週火曜日19:00～ 毎週土曜日10:00～)

今月の講師

上川北部聴覚障害者協会(※)岡崎史恵さん  
※和寒町から中川町までの広域に住んでいる  
ろう者が集まり活動しています

## 名寄市消費生活セミナー

### デジタル講座「今からだって遅くない」 ～遊び心でデジタル世界へGO!～

名寄市

## 消費生活センター通信

問い合わせ 消費生活センター ☎01654②3575

日々の買い物・さまざまな手続きなど、日常生活でスマホやデジタル機器を使うことが当たり前になる時代が近づいています。今からでも遅くありません。一緒に学びましょう！

- 【とき】 6月1日(土) 13時00分～14時30分
- 【ところ】 駅前交流プラザ「よろーな」1階大会議室
- 【講師】 (一社)北海道消費者協会非常勤講師  
武田 佳世子 氏
- 【対象】 どなたでも参加できます
- 【参加費】 無料
- 【申込方法】 電話、FAXでお申し込みください
- 【申込期限】 5月30日(木)まで  
(申込時は名前と連絡先をお伝えください)
- 【申込先】 名寄市消費生活センター  
☎・FAX: 01654②3575  
✉: ny-shouhi@city.nayoro.lg.jp
- 【主催】 名寄市消費生活センター



講師：武田 佳世子 氏

# 移住支援金のお知らせ

～東京 23 区（在住者または通勤者）から名寄市へ移住した方へ～

次の条件を満たす方に、移住支援金を支給します。

- ①支援金の額 世帯で移住… 100 万円 単身で移住… 60 万円  
 ※起業した場合はさらに 200 万円追加  
 ※18 歳未満のお子さんがある場合は、一人につき 30 万円加算
- ②転入前の条件 名寄市に転入し、5 年以上居住する意思を持ち、次の（1）・（2）のいずれかに該当する方  
 (1) 住民票を移す直近 10 年間のうち、通算 5 年以上、東京 23 区内に在住もしくは通勤していた方  
 (2) 住民票を移す直前に 1 年以上、東京 23 区内に在住もしくは通勤していた方  
 ※通勤の場合は、埼玉県・千葉県・神奈川県に在住の方
- ③就業等条件 次のいずれかに該当する方が対象  
 (1) 就業 ※就業先の定めあり (2) 専門人材 (3) 起業 (4) テレワーク移住 (5) 関係人口
- ④申請期間 転入後、3 カ月以上 1 年以内  
 ※事前相談が必要となりますので、転入後、速やかにお問合せください。

詳しくは

## 「名寄市 移住支援金」

で検索

または右のコードからご確認ください



問い合わせ

秘書広報課プロモーション推進係（名寄庁舎 3 階）

☎01654③2111（内線3308）

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、オープン日が変更す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
市営球場	5月1日(水)	事前申し込みが必要です
市営テニスコート	5月1日(水)	
B & G海洋センタープール	5月24日(金)	水曜の午前中休館
南水泳プール	5月15日(水)	金曜の午前中休館
智恵文水泳プール	6月15日(土)	

## 風連地区

【問い合わせ】一般財団法人名寄市体育協会（スポーツセンター内）☎01654③6627

施設	オープン日	備考
風連東地区パークゴルフ場	5月1日(水)	全3コース、無料
風連テニスコート	5月1日(水)	風連B & G窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(水)	事前申し込みが必要です
風連B & G海洋センタープール	5月18日(土) 予定	月曜休館

※各施設を大会などで使用する場合は事前に申し込みください。月曜が祝日・休日の場合、開館時間から17時まで利用できます。

【問い合わせ】総合政策部風連地区スポーツ施設担当  
 （ふうれん地域交流センター2階風連公民館内）☎01655③2620

# 観光列車「花たび そうや」号が運行します！

沿線の魅力を活かした鉄道活性化のシンボルとして宗谷線 旭川～稚内間で観光列車「花たび そうや」号が運行されます。今回は車両編成をリニューアルし、「宗谷線急行気動車風車両」+「旧急行礼文用転換クロスシート車両」（2両）+「道北 流氷の恵み車両」の4両編成で運行します。下記の日程で名寄駅に停車いたしますので、観光列車と乗客の皆さまと一緒にお待ちしております！

※お出迎えいただける方はホーム入場前に受付をお願いいたします。

## 名寄駅停車時間

日曜日（上り）のみ

5月12日、19日、26日、6月2日

13時33分着 13時58分発（約25分）

## 問い合わせ

産業振興課（名寄庁舎3階）

☎ 01654③2111（内線3342）



広告



## 日帰り白内障手術・硝子体手術

ご希望の方は1日で両眼同時に手術することが可能  
老眼も治すプレミアム（多焦点）レンズにも対応  
免許更新などでお急ぎの方はご相談ください



### 視能訓練士の募集

一緒に働いていただける視能訓練士を募集しています。詳しくはホームページ下部にある採用情報をご確認ください。

40才以上は眼科で  
眼底検査を

目の病気は進行するまで症状が無い事が多く、人間ドックでは見つからない病気もあるので、眼科医による眼底検査が必要です。

40才を過ぎたら症状がなくても、眼科で検査を受ける事が日本眼科医会からも推奨されています。

大学病院水準の  
高い技術と医療機器

当院では大学病院勤務時と同等の医療を提供したいという思いから、非侵襲的に眼内の血流を測定できる「光干渉断層血管撮影機器」を始めとする医療機器を取り揃え、大学病院の専門外来で多くの難症例を執刀してきた院長が質の高い医療を提供致します。

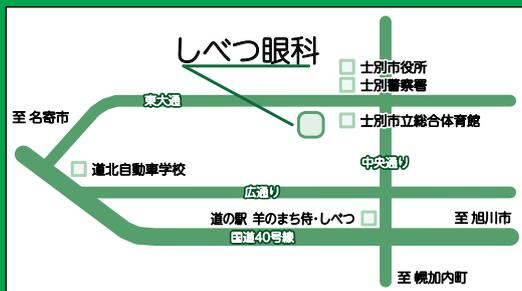
受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30～11:30	※	※	●	※	●	●
14:00～16:00	手術	手術	●	手術	●	/

休診日：第2・第4土曜、日曜祝日  
※月・火・木曜の受付は11時まで  
翌月曜が祝日の場合は、前週の土曜も休みとなります。

予約用電話番号

☎ 050-5526-7020

▼ホームページ



〒095-0014  
北海道士別市東4条3丁目1-4  
代表電話番号 ☎ 0165-22-1000

図書館

図書館名寄本館（大通南2）

TEL 01654②4751

FAX 01654②4897

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・月末・祝・年末年始

図書館風連分室（風連町西町201）

（風連中央小学校内）

TEL 01655⑦8000

開館 月～金 9時30分～17時

土 9時30分～13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

ミニ展示コーナー

・博物館連携企画「北国のいきものたち」

・さあ体を動かそう！

・さいたさいた

土曜ビブリオトーク

◆とき 5月11日 13時～

◆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

自動車文庫「やまゆり号」5月の巡回日程

【名寄地区】

14日、28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	16:00～16:15
1日、15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	16:00～16:15
7日、21日(火)	サピラ・マーガレットグイ道宮住宅前	15:35～15:50
9日、23日(木)	北斗団地前	15:15～15:30
	西10南1自衛隊官舎前	15:45～16:00

【風連地区】

10日(金)	JR風連駅前	10:35～10:45
	フロンティアハウス	10:55～11:10

風連分室

◆対象 誰でも参加可

◆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 5月10日、17日、24日 各日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2日、16日、各日10時30分

◆対象 3歳未満児・保護者

◆対 象

休館日

3日(金)～6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、31日(金)

休館日

3日(金)～6日(月)、12日(日)、19日(日)、26日(日)、31日(火)

おとなのための読み聞かせ会

◆とき 5月11日(土) 10時30分

◆内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、ほか

◆対象 中学生以上

◆申し込み 不要



ミニ展示コーナー

・雨がふったら：

3日(金)～6日(月)、12日(日)、19日(日)、26日(日)、31日(火)

休館日

3日(金)～6日(月)、12日(日)、19日(日)、26日(日)、31日(火)

おとなのための読み聞かせ会

◆とき 5月11日(土) 10時30分

◆内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、ほか

◆対象 中学生以上

◆申し込み 不要



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)

TEL 01654②5683

ny-kosodate@sondan

@city.nayoro.lg.jp

開館 9時～10時15分、10時45分～12時、13時30分～14時30分、15時～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)

TEL 01655③2133

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

名寄市LINE公式アカウントでも子育て支援センターのイベント情報を配信しています。この機会にぜひ友だち登録をお願いします。

登録後にメニュー画面から

①「情報通知追加」を選択し、

②「子育てに関する情報」の

③「通知を希望します!!」を

選択すると、随時イベント情報を受信できるようになります。

◆申込期限 利用日の前日まで

◆ママのための

骨盤ケアとヨガ

骨盤ケアとヨガを楽しみましょう。

◆申し込み 不要

◆ところ ひまわりらんど

◆とき 5月9日(木)、10日(金) 各日9時～11時30分、13時30分～15時30分

◆模擬保育室で遊ぼう

名寄市立大学の模擬保育室で遊みましょう。

◆とき 5月11日(土)、25日(土) 各日10時～11時30分

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 各回親子18組

◆申込方法 ひまわりらんどへ直接または電話で申し込みください。

◆身体測定

身長・体重を測り、手形足形を押しましよう。

◆とき 5月9日(木)、10日(金) 各日9時～11時30分、13時30分～15時30分

◆申し込み 不要

◆ところ ひまわりらんど

◆模擬保育室で遊ぼう

名寄市立大学の模擬保育室で遊みましょう。

◆とき 5月11日(土)、25日(土) 各日10時～11時30分

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 各回親子18組

◆申込方法 ひまわりらんどへ直接または電話で申し込みください。

◆ママのための

骨盤ケアとヨガ

骨盤ケアとヨガを楽しみましょう。



▲こちらのコードから友だち登録できます

ひまわりらんど

身体測定

身長・体重を測り、手形足形を押しましよう。

◆とき 5月9日(木)、10日(金) 各日9時～11時30分、13時30分～15時30分

◆申し込み 不要

◆ところ ひまわりらんど

◆模擬保育室で遊ぼう

名寄市立大学の模擬保育室で遊みましょう。

◆とき 5月11日(土)、25日(土) 各日10時～11時30分

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 各回親子18組

◆申込方法 ひまわりらんどへ直接または電話で申し込みください。

◆ママのための

骨盤ケアとヨガ

骨盤ケアとヨガを楽しみましょう。



木原記念ギャラリーの  
展示替えを行いました

3月に市民文化センター  
EN-RAYホール内にある  
「木原記念ギャラリー」の展  
示替えを行いました。銅版画  
・アクリル画は全て入れ替え、  
展示資料も一部を入れ替えて  
います。銅版に加えて亜鉛版  
も展示し、木原康行紹介パネ  
ルについても見やすく更新し  
ています。

木原記念ギャラリーは、  
EN-RAYホールが完成し  
た2015年に開設され、そ  
の後の展示替えは一部の作品  
を入れ替えたのみでした。大  
幅な展示替えは今回が初めて  
となります。お近くにお立ち  
寄りの際は、ぜひ新しくなっ  
た木原記念ギャラリーをご覧  
ください。



▲ギャラリーの様子

## 名寄市風連歴史民俗資料館

名寄市風連歴史民俗資料館は、1990年に風連町開拓90年を記念して建てられました。風連地区の歴史や自然、人々の暮らしを紹介しています。

### 定期開館

毎年6月～9月の名寄市教育委員会が定めた日に、名寄市北国博物館職員が常駐して開館いたします。今年度の開館日・時間は次のとおりです。

- ・ 6月16日(日) 10時～15時 ※ふうれん白樺まつり
- ・ 7月27日(土) 10時～16時
- ・ 8月15日(木) 10時～16時
- ・ 9月21日(土) 10時～16時

### 団体見学

名寄市内の小・中学校、高齢者大学、風連地区ゆかりの団体（ふるさと会、同窓会、名寄市在住の方又は風連地区出身の方を含む5人以上のグループ）については、事前予約制（見学の3日前まで）で見学を受け入れ、名寄市北国博物館職員が対応します。見学希望の団体は、北国博物館まで連絡ください。

### 閲覧料 無料



▲館内の様子

## 陸上自衛隊名寄駐屯地第36回春のコンサート ～ 平和への一途 ～

と き 5月18日(土) 18時～(開場17時)  
 と ころ 名寄市民文化センターEN-RAYホール(西13南4)  
 出 演 名寄駐屯地音楽隊・第2音楽隊・遠軽駐屯地音楽隊・  
 留萌駐屯地音楽訓練隊・上富良野駐屯地音楽隊・名寄朔北太鼓  
 ゲ ス ト 北海道名寄高等学校吹奏楽部  
 プログラム 交響詩フィンランディア、バンドのためのゴジラファンタジー、闘牛士のマンボ ほか  
 問い合わせ 名寄駐屯地司令業務室広報班 ☎01654③2137(内線202・203)

入場無料  
 入場整理券取扱場所  
 EN-RAYホールチケットセンター  
 ☎01654③2137-01654③3333

## 児童センター

児童センター「ほっと21」  
(西11北2)

〒0165433465  
FAX 0165433465  
開館 9時～21時  
※放課後児童の利用時間は13時～17時  
休館 日・祝日・年末年始

### 父の日のプレゼント作り

お父さんに感謝の気持ちを込めて手作りのプレゼントをあげましょう。

- ◆とき 6月15日(土) 13時30分～15時(集合13時20分)
- ◆ところ 児童センター
- ◆対象 市内小学生
- ◆定員 15人
- ◆参加費 無料
- ◆持ち物 上靴・かばん・水筒またはマイコップ
- ◆申込方法 下のコードから申し込みください。
- ◆申込期間 5月25日(土)9時～5月31日(金)17時



## 公民館

市民文化センター(西13南4)

〒0165422218  
FAX 0165422356  
〒naysen@city.nayoro.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  
FAX 0165532321

### 市民文化センター

### 市民講座「台湾茶教室」

- ◆とき 5月25日(土) ①10時～12時、②14時～16時
- ◆ところ 市民文化センター調理実習室
- ◆内容 台湾茶の歴史や台湾茶器の使い方、茶葉、蒸らし時間などおいしく入れるコツを学びます。
- ◆講師 張 苑涵氏(杉並区在住・茶文化研究者)
- ◆対象 市民
- ◆定員 各回30人
- ◆参加費 500円
- ◆申込方法 下のコード、電話もしくは直接窓口に申し込みください。
- ◆申込期間 5月7日(火)～17日(金)



### 市民講座「苔玉作り教室」

- ◆とき 6月1日(土) 10時～12時
- ◆ところ 市民文化センター市民工芸室
- ◆内容 講師の見本を参考に苔玉を作ります。
- ◆講師 渡辺 優子氏(フラーサークル花えん)
- ◆対象 市民
- ◆定員 24人
- ◆参加費 1200円
- ◆持ち物 工作ばさみ、使い捨て手袋(ビニール手袋)、新聞紙4枚



▲作品例

- ◆とき 6月3日(月) 13時～16時、4日(火) 13時～16時、5日(水) 9時～11時
- ◆ところ 風連農畜産物加工施設「グリーンハウス」

### 市民講座「なよろまるごと体験!エンレイ・カレッジ」

- ◆とき 6月12日(水) 10時～12時
- ◆ところ 駅前交流プラザ



- ◆とき 6月27日(木)～28日(金)
- ◆集合 27日7時45分 市民文化センター西館
- ◆到着 28日17時35分 市民文化センター西館到着予定
- ◆行き先 帯広市・中札内村
- ◆内容 北海道立帯広美術館、六花の森

### 「よろーな」中会議室A、B、駅前花壇

- ◆とき 6月27日(木)～28日(金)
- ◆集合 27日7時45分 市民文化センター西館
- ◆到着 28日17時35分 市民文化センター西館到着予定
- ◆行き先 帯広市・中札内村
- ◆内容 北海道立帯広美術館、六花の森



- ◆とき 6月27日(木)～28日(金)
- ◆集合 27日7時45分 市民文化センター西館
- ◆到着 28日17時35分 市民文化センター西館到着予定
- ◆行き先 帯広市・中札内村
- ◆内容 北海道立帯広美術館、六花の森

- ◇2日目 中札内美術村
- ◆定員 21人(最少催行人数10人、定員超えの場合は抽選)
- ◆参加費 1万2480〜1万5190円(施設利用料・宿泊費・保険料)
- ※一部食費・施設内体験料等は含まれていません。
- ◆申込期間 5月1日(水)〜10日(金) 平日9時〜17時の間
- ◆申込条件 携帯電話の番号をご提供いただき、「当日」持参いただくこと。
- ◆備考 内容・費用などは変更になることがあります。申し込みされた時点で、参加者全員に名前のみ記載した名簿を配布することを承諾したものとみなします。
- ◆申込方法 下のコード、電話もしくは直  
  
 接窓口で申し込み
- 大ホール(ENIRAY) 一斉予約受付  
 (令和7年6月利用分)  
 ◆とき 6月3日(月) 9時〜17時
- ◆ところ 市民文化センター生涯学習課
- ◆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。

- ◆休館日 1日(水)、7日(火)、10日(金)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、28日(火)
- ◆観覧料 一般410円、学生310円、65歳以上200円、高校生以下無料
- ◆天体観望  
 ◇月面が見える日 11日(土) 23日(木)
- ◇今月見える惑星 水星(下旬)
- ◆16メートルプリカ望遠鏡見学・観望
- ◇見学のみ 2日(木)〜19日(日) 13時〜19時

### 天文台

なよろ市立天文台「きたすばる」  
 (日進157-1道立サンピラーパーク星見の丘)

☎016554②3956  
 FAX 016554②0267  
 ✉kitasubarunayoro-star.jp  
 HP https://www.nayoro-star.jp

開館 13時〜21時30分  
 (21時までに入館)  
 ※夏期の開館時間です  
 休館 月・祝日の翌日・年末年始・最終火

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	ルネサンス	サンとムーン
16:00	宇宙の模型	宇宙の模型
18:00	ルネサンス	ルネサンス
20:00	宇宙の模型	宇宙の模型

- ◆プラネタリウム  
 ※休館日を除く  
 ◇天気が良ければ星が見える日  
 2日(木)〜6日(月)、11日(土)〜12日(日)、17日(金)〜19日(日)、24日(金)〜26日(日)、31日(金) 19日まで・19時頃〜21時30分 24日から・19時30分頃〜21時30分

### きたすばる プリカWeek!

ゴールデンウィーク期間中はプリカ望遠鏡で星を見よう!

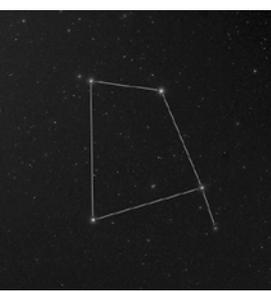
◆とき 5月2日(木)〜6日(月)

- ◆参加費 観覧料のみ
- ◆春眠プラ寝たりウム  
 連休明けに気分転換!心地よく眠られる癒しのプラネタリウムです。
- ◆とき 5月25日(土) ①15時〜②17時(約50分)
- ◆定員 各回50人
- ◆参加費 無料
- ◆申し込み 事前申込必須  
 天文台まで電話で申し込みください。
- ※受付時間:13時〜20時(休館日を除く)
- ◆太陽観望会  
 2030年北海道金環日食が待ち遠しい!2030年6月1日に起こる金環日食と同じ頃の時間帯に太陽を観察します。
- ◆とき 5月29日(水)〜6月2日(日) 各日16時〜18時
- ◆参加費 観覧料のみ

プ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。

名寄市での5月の太陽・月の暦					
日	日の出	日の入	月の出	月の入	月の形
1日	4:18	18:37	0:57	9:47	1日・31日 ●下弦
10日	4:06	18:47	5:01	21:43	8日 ●新月
20日	3:55	18:59	15:32	2:11	15日 ●上弦
31日	3:47	19:09	0:25	11:31	23日 ○満月

### からす座



北斗七星のひしゃくの柄のカーブを延ばしていくと、うしろの一等星「アルクトゥールス」・おとめ座の一等星「スピカ」と春の明るい星たちを繋げることが出来ます。この大きなカーブは春の大曲線と呼ばれます。春の大曲線をスピカで止まらずにそのまま延ばしていくと、からす座の四角形の辺にたどり着きます。唇には見えるけどり着きません。見えない黒い鳥、からす。ぜひ「見えない星座」からす座を春の夜空に探してみてください。

2022年4月3日撮影  
 (撮影者 村上恭彦)

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



▲ヘルプマーク



▲ヘルプカード

**要介護高齢者などに紙おむつ用ごみ袋を支給します**

◆対象者

在宅で紙おむつの使用がある要介護3・4・5の認定をお持ちの市民

◆支給内容

指定ごみ袋(ピンク色20L)を1カ月あたり10枚。  
※在宅での生活をされている方は、自宅に戻られてから申請してください  
※対象となる方には随時、個別に通知します

申・問

名 2階(内線3231)

**健康づくり体操教室**

◆とき 5月9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)  
各日9時15分〜11時

◆ところ

総合福祉センター

◆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、自

きよう術

◆持ち物

上靴

◆申し込み

当日会場で行います。

申・問

名 2階(内線3231)

高齢者支援課高齢福祉係

**がん患者・家族サロン**

「よしみち茶話会」

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・その家族であればごなたでも参加できます。

◆とき

5月30日(木) 14時〜16時

◆ところ

市立総合病院2階和室(西7南8)

◆内容

医療用ウィッグ試着体験、爪に優しいネイルやケア帽子を展示します。現役美容師も来てくれますのでぜひご参加ください。

申・問

名 2階(内線3101)

市立総合病院 患者総合支援センター

申・問

名 2階(内線3101)

タッチケアサロンのご案内

赤ちゃんと触れ合いを通して、育児や生活の情報など気軽に話しませんか。

◆とき

5月8日(水)、15日(水)、18日(土)、22日(水)、29日(水) 14時〜15時30分

◆ところ

市立大学 5号館

◆内容

小児・母性看護実習室

◆講師

日本タッチケア協

◆講 師

日本タッチケア協

◆講 師

日本タッチケア協

◆講 師

日本タッチケア協

◆講 師

日本タッチケア協

会認定指導者 市立大学看護学科 教授 加藤 千恵子

◆対象

2カ月〜12カ月までのお子さんと保護者、妊娠中の方

◆参加費

無料

◆持ち物

バスタオル、ベビーオイルやローション(使用している方)

◆申込方法

次のコードを読み込み、申込フォームから申し込みください。

申・問

名 2階(内線3101)

名寄市立大学保健福祉学部看護学科(西4北8)

申・問

名 2階(内線3101)

名寄市立大学保健福祉学部看護学科(西4北8)

申・問

名 2階(内線3101)

スマホなんでも相談室

ご自身のスマートフォン、基本的な使い方や操作方法、LINE、アプリの入れ方など、普段お困りの疑問にスマホサポーターがお答えします。事前予約の上、ぜひご相談ください。

◆とき

5月11日(土)、25日

◆講 師

名寄市立大学保健福祉学部看護学科(西4北8)

(土) 10時〜15時  
◆ところ ここほっと(名寄市社会福祉協議会多分野・多世代地域活動拠点/西4南8)

申・問

名 2階(内線3101)

名寄市立大学保健福祉学部看護学科(西4北8)

申・問

名 2階(内線3101)



**自衛官等の募集**

◆自衛官候補生

◆応募資格 令和7年4月1日現在、18歳以上33歳未満

◆受付期限 5月30日(木)まで

※7月以降の試験も随時受け付けしています。

◆試験日 6月9日(日)、10日(月)

※希望のいずれかの1日。

※試験会場は旭川で、ほか詳細は受付時にお知らせします。

申・問

名 2階(内線3101)

自衛隊旭川地方協力本部

名寄出張所(西1南9)

01654②3921



問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

**令和6年度生きがい講座  
利用者を募集しています**

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？

◆対象 おおむね60歳以上の市民

◆講座内容

- ①手びねり陶芸
- ②手芸
- ③シニアコーラス

◆と き

- ①隔週水・金曜日 各日9時30分～14時
- ②毎週木曜日 9時30分～14時
- ③毎週木曜日 13時30分～15時30分

◆と ころ

- ①市民文化センター
- ②総合福祉センター
- ③総合福祉センター

◆参加費 無料(材料費は自己負担)

◆備考 定員になり次第、募集を締め切る場合があります。

申・問

名 高齢者支援課高齢福祉係  
2階(内線3231)



**上下水道料金の検針のお知らせ**

市では次の方々には検針事務を委託し、水道使用の利便性の向上を図っております。ご家庭に伺った際にはご協力をお願いいたします。

地区	業務	委託員(業者)
名寄地区 (曙・共和・瑞穂・砺波・内淵除く)	水道メーター検針	にしだ 幸夫・もりしげ 由佳 ゆきお 森重 さとう 彩・まつだ ゆかり さとう 松田ゆかり おかべ 久美子・なかやま せい子 岡部久美子・中山
風連地区、 曙、共和、瑞穂、砺波、内淵 各水道施設地域	水道メーター検針	かわむら 明香 さやか

手続先・問

名 上下水道室業務課業務係  
3階(内線3361)  
3363

風 風連庁舎(☎01655③2511)

**行政相談委員の紹介**

今年度の行政相談委員をお知らせします。行政相談委員は、公正・中立な立場で行政の仕事に関する苦情や、制度・運営に対する意見・要望などを受け付けし、その解決や実現の促進、制度運営の改善に生かしています。市民の皆さんの声をお聞かせください。

◆名寄地区担当

三島 裕二  
川田 弘志

◆風連地区担当

消費生活センター  
☎01654②3575

**道営住宅入居者の募集**

道営住宅は、年4回(5月、8月、11月、2月)定期公募を行っています。

◆募集受付期間 5月1日(水)～17日(金)(土日祝日を除く)

◆申込方法 本籍を確認できるもの、世帯の収入がわかるものを持参し、申込窓口にお越しください。仮審査のうえ、入居適格者には申込書をお渡します。必要書類を添えて提出してください。

※郵送の場合は期間内必着。※障害者手帳などをお持ちの方は持参してください。

※「北海道営住宅抽選カード」をお持ちの方は必ずご持参ください。

◆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。(申し込みが重複した場合は抽選)

◆家賃

一緒に入居するすべての方の収入総額に応じた家賃となります。

◆入居抽選会と説明会

と き 5月21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

すべての住宅の抽選終了後に行います。※入居決定者のみで、欠席すると決定を取り消します。

◆募集要件

◆世帯用 2人以上の親族で入居する住宅。  
◆高齢者世帯用住宅 入居申込者および同居者が70歳以上。(同居者が配偶者の場合は同居者が70歳未満でも可)

◆募集住宅 ※家賃のほかに共益費(共用部分の電気代、除雪費など)、ボイラーのリース料などが別途かかります。 ※空き住宅は修繕完了後、団地

地区や規格、世帯要件に偏りがないよう公募をします。

団地名	住所	規格			家賃	建築	備考
ノースタウンなよろ団地 プラタナス棟 611号	東1北6	2LDK	62.2㎡	3階建の1階	1万6,400～ 2万4,400円	H2	高齢者 世帯用
名寄マーガレットヴィラ A棟 332号	西2南11	2LDK	59.3㎡	3階建の3階	1万8,300～ 2万7,200円	H11	世帯用
名寄マーガレットヴィラ A棟 311号	西2南11	2LDK	63.1㎡	3階建の1階	2万900～ 3万1,100円	H11	シルバー ハウジング 世帯用
名寄マーガレットヴィラ D棟 513号	西1南11	2DK	49.3㎡	3階建の1階	1万6,400～ 2万4,400円	H12	シルバー ハウジング 単身用

シルバーハウジング住宅は高齢者支援課高齢福祉係での審査など特別な要件がありますので、詳しくはお問合せください。

申・問 建築課公営住宅係  
3階(内線3355)



問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

点訳初心者講習会の  
お知らせ

次のとおり講習会を開催します。多数のご参加をお待ちしています。

◆とき 5月18日(土) 18時30分～20時30分

◆ところ 総合福祉センター2階点訳室(西1南12)

◆対象 18歳以上

◆参加費 無料

申・問 名寄市点訳赤十字奉仕団 委員長(河野)

☎01654③7697

☎090-890214858

事務局

☎090-2205817993

森林環境税(国税)の  
課税が始まります

森林環境税は森林の整備及びその促進に関する施策の財源に充てるため令和6年度から新たに課税される国税です。

国内に住所を有する個人に対して個人住民税均等割と併せて1人年額1000円が賦課徴収されます。(令和6年度の課税については、令和6年1月1日が賦課期日です。)

なお、個人住民税均等割は平成26年度から令和5年度ま

での10年間東日本大震災復興

基本法に基づき、臨時的に年間1000円が引き上げられてきましたが、この臨時的措置が令和5年度で終了しました。そのため、個人住民税均等割及び森林環境税を合わせた税額は、令和6年度以降も年額5000円です。

問 名 1階(内線3201) 3203

個人市・道民税から  
定額減税を実施します

◆対象者 次の要件をすべて満たす方

①令和6年度個人住民税の所得割が課税される方

②令和6年度個人住民税に関する合計所得金額が1805万円以下の方(給与収入のみの場合、年額2000万円以下の方)

◆減税額 令和6年度の住民税(所得割額)から次の合計額の減税を行うものです。

合計額が課される所得割額を超える場合には、所得割額を上限とします。

①納税者本人 1万円

②国外居住者を除く控除対象配偶者または扶養親族者

1人につき1万円

ただし、令和6年度(令和5年中)の住民税の合計所得金額が1000万円を超える方の配偶者の減税額は、令和7年度の所得割額から控除します。

◆定額減税後の住民税の支払い方法

◇特別徴収(給与天引き)の方 定額減税後の税額は、徴収開始月である令和6年6月分は徴収せず、7月分から翌年5月分までの11月分割で給与天引きします。

◇普通徴収(納付書や口座振替等)の方

第1期分の納付額から定額減税額に相当する金額を控除し、その差額を納付していただきます。また、第1期分で控除しきれない場合は、第2期以降の納付額から順次控除します。

◇年金特別徴収(年金天引き)の方

令和6年10月分の年金天引き分から定額減税に相当する金額を控除し、差額を年金から天引きします。また、10月分から控除しきれない場合は、12月分以降の特別徴収税額から順次控除します。

※ふるさと納税の控除上限額の算出は、定額減税前の所得割額によって算出します。

※定額減税は、ほかの所得控除の額を控除した後の所得割の額から行います。

※住民税非課税および均等割のみの課税者や、合計所得金額1805万円を超える方は定額減税の対象となりません。

名 1階(内線3201) 3203

国保からのお知らせ

◆次の場合は14日以内に必ず届け出を

◇国保に加入するとき

- ・転入した
- ・退職などで職場の健康保険をやめた
- ・子どもが生まれた

◇国保をやめるとき

- ・転出する
- ・就職などで職場の健康保険に加入した
- ・被保険者が死亡した

※他の健康保険に加入しているながら国保の保険証で医療機関を受診した場合、市が負担した医療費を返還していただきます。

また、会社などの健康保険

に加入後、国保脱退の届け出をしていない場合、社会保険料と国保税を二重に支払うことがあるのでご注意ください。

◆確定申告はお済みですか

国保税額は、所得に応じ計算されます。確定申告をしていないと、所得の決定ができないため、軽減措置を受けられず税額が高くなったり、高額療養費の自己負担額が高くなるなどの都合が生じることがあります。まだ令和5年分の確定申告を行っていない方は、速やかに行ってください。



届出先・問

名 市民課医療年金係

1階(内線3114)

・3118

風 地域住民課市民係

1階(内線2119)

## 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。

- ◆市などからの情報の回覧  
広報の配布や町内会に送られてくる市やその他行政機関からのお知らせ、催しの情報など回覧・掲示を行っています。
- ◆加入するには  
お住まいの地域の町内会に連絡するか、右のコードを読み取り町内会連合会の申込フォームから加入申込します。



申・問 町内会連合会事務局 (総合政策課総合政策係) 名 3階 (内線3311)

## 納税・国保夜間窓口

- ◆と き 5月27日(月)  
17:30~18:30
- ◆ところ  
納税窓口  
税務課納税係 名 2階
- 国保窓口  
市民課医療年金係 名 1階

## 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。受け渡しは原則として無償、登録は1回3点以内としています。品物によってはトラブル防止のため、お断りすることもありますのでご了承ください。

- ◆ゆずります  
①ブリタクラシックのフィルター  
カートリッジ (5個)
- ②テレビ43インチ程度  
(SHARPアクオス・2007年製)
- ③2人用ソファ (布製・ブルー)
- ④電子ピアノ (YAMAHA)
- ◆ゆずってください  
①ウエス
- ②運搬用ソリ (小・中・大)
- ③掃除機
- ④真珠のネックレス
- ⑤エレクトーン

問 名寄消費者協会 01654③5630  
※不在の場合、留守番電話にお名前と電話番号を録音してください。確認次第、返信いたします。

## 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5日(日) 11:00~  
6月2日(日) 11:00~  
※無料法律相談は、相談日の2日前(祝日を除く)昼12時まで予約してください。
- ◆年金事務相談 10:00~16:00  
と き 5月14日(火) ~~10:30~15:30~~  
と ころ 名寄商工会議所  
(駅前交流プラザ「よるーな」)  
※完全予約制 (0166-72-5004)
- ◆人権相談  
と き 月~金曜日 8:30~16:30  
と ころ 旭川地方法務局名寄支局  
01654②2349
- ◆生活相談支援センター  
と き 月~金曜日 9:00~17:00  
と ころ 社会福祉協議会  
(総合福祉センター内)  
01654③9862
- ◆心配ごと相談  
と き 月~金曜日 10:00~17:00  
と ころ 西条名寄店1階ここほっと  
01654②3968
- 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 17:30~18:30  
その他の金曜日(祝日除く) 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」)  
①~⑤共通 01654②3575  
①~⑤共通 01654③2111(内線3616)
- ◆障がい者差別についての相談  
と き 月~金曜日 8:45~17:30  
と ころ 名寄庁舎2階  
基幹相談支援センター  
01654③2111 (内線3218)
- ◆公証相談  
と き 日~土曜日 9:00~17:00  
と ころ 名寄公証役場(西1南9)  
※完全予約制 (01654③3131)
- ◆教育相談ハートダイヤル  
と き 月~金曜日 9:00~17:00  
と ころ 児童センター  
01654③1000  
0120-874-746(フリーダイヤル)
- ◆DV相談  
と き 月、水~金曜日 8:45~17:00  
と ころ 名寄庁舎2階 とも未来課  
01654③2111 (内線3229)

「名寄附」  
ありがとうございました  
(順不同・敬称略)

- ◆新小学1年生のために  
○北星信用金庫  
(岡本 守理 理事長)
- ◆新小学1年生のために  
○林 弘子 様
- ◆将来を担う子どもたちのために  
○株式会社三浦ハイヤー  
(眞鍋 和一代 代表取締役社長)
- ◆地域の発展に貢献する取組みの一環として  
○明治安田生命相互保険会社  
旭川支社(杉下 智子 支社長)
- ◆新小学1年生の入学祝として、交通安全啓発のために  
○名寄交通安全協会  
(宮腰 建一 理事長)
- ◆企業版ふるさと納税 (順不同・敬称略)  
◆エア・ウオーター  
北海道株式会社  
地域資源を生かした健康づくり  
エコシステム形成事業のために  
◆株式会社合組  
認定こども園等整備事業  
のために  
◆株式会社本本動力工業所  
まち・ひと・しごと創生寄附  
活用事業のために  
◆株式会社近藤組  
まち・ひと・しごと創生寄附  
活用事業のために

# 5月市民カレンダー

May

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday																											
<b>児童生徒の帰宅時刻</b> 小学生 <b>18時</b> 中学生 <b>19時</b> 高校生 <b>21時</b> 生徒指導・補導協議会 (小中高等学校)	<b>風連陶芸センター陶芸教室</b> ◆とき 5/9(木)、23(木) ① 9:00~12:00 <b>詳しくはお問い合わせください</b> ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ※各15人まで ◆費用 粘土代1kg300円 <b>要予約</b> ◆持ち物 エプロン・上靴など ◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743	<b>1</b> ★GW企画 博物館で遊ぼう! (6日まで) <b>北</b> ★野外植物展 (12日まで) <b>北</b>	<b>2</b> ★ピリカWeek! 19:30~21:30(6日まで) <b>天</b>	<b>3</b> 憲法記念日 ★なよろ憲法記念 ハーフマラソン 9:45~(天塩川河川敷) 	<b>4</b> みどりの日 	<b>5</b> こどもの日 ★無料法律相談 11:00 ※完全予約制 <b>よ</b> 	<b>6</b> 振替休日 YouTube 名寄市公式チャンネル ご覧ください!! YouTubeのチャンネル登録はこちらから▲ 	<b>7</b>	<b>8</b> ★第71回写真道展 (16日まで) <b>文</b> ★タッチケアサロン 14:00~15:30 (大学5号館小児・母性看護実習室)	<b>9</b> ★身体測定 (ひまわりランド、10日も) ★運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 <b>よ</b> ★保護者のつどいの会 19:00~20:00 <b>児</b>	<b>10</b> 名寄もち米の日 ★結婚相談 17:30~18:30 <b>よ</b> 	<b>11</b> ★卓球教室 10:00~11:30 <b>児</b> ★模擬保育室で遊ぼう 10:00~11:30(25日も) (市立大学模擬保育室) ★おとなのための読み聞かせ 10:30~(名寄図書館風連分室) ★母の日プレゼント作り 13:30~15:00 <b>児</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b> ★年金事務相談 10:30~16:00 <b>よ</b>	<b>15</b> ★タッチケアサロン 14:00~15:30 (大学5号館小児・母性看護実習室)	<b>16</b> ★運転免許更新時講習会 初回14:00 一般17:30 <b>よ</b>	<b>17</b> ★結婚相談 13:00~15:00 <b>よ</b> ★写真展「北国なよろのいきものたち」 (6月2日まで) <b>北</b>	<b>18</b> ★初夏の自然探訪会 8:30~15:00 (北邦野草園) <b>北</b> ★タッチケアサロン 14:00~15:30 (大学5号館小児・母性看護実習室) ★本の読み聞かせと工作 13:30~ <b>児</b> ★点訳初心者講習会 18:30~20:30 <b>福</b>	<b>19</b> 食育の日 	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b> ★タッチケアサロン 14:00~15:30 (大学5号館小児・母性看護実習室)	<b>23</b> ★ママのための骨盤ケアとヨガ 10:15~11:30 <b>福</b> ★運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00 <b>よ</b>	<b>24</b> ★結婚相談 13:00~15:00 <b>よ</b>	<b>25</b> ★マイナンバーカード 臨時窓口 9:30~12:30(名寄庁舎1階) ★台湾茶教室 ①10:00~、②14:00~ <b>文</b> ★春眠プラ寝たリウム ①15:00~、②17:00~ <b>天</b> ★スマホなんでも相談室 10:00~15:00(11日も) (ここほっと)	<b>26</b> ★アスパラまつり (なよせ通り商店街特設会場) 	<b>27</b> ★納税・国保夜間窓口 17:30~18:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階[国保窓口]1階	<b>28</b> ★人形劇鑑賞 10:15~11:15 <b>福</b>	<b>29</b> ★太陽観望会 16:00~18:00 (6月2日まで) <b>天</b> ★タッチケアサロン 14:00~15:30 (大学5号館小児・母性看護実習室)	<b>30</b> ★名寄市の保育サービスについて 10:30~11:30 (ひまわりランド) ★がん患者・家族サロン 「よりみち茶話会」 14:00~16:00(市立総合病院)	<b>31</b> 広報6月号  配布予定日 ★結婚相談 13:00~15:00 <b>よ</b>	<b>6月の予定</b> ★6/3~5 市民講座 「味噌・豆腐作り教室」 (グリーンハウス) ★6/19 わくわく ミュージック <b>文</b> ★6/24 プラハ・チェロ・リパ ブリック2024 <b>文</b>

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…北国博物館 児…児童センター 天…天文台 天…駅前交流プラザ「よろーな」  
福…総合福祉センター ☒…ピヤシリシャンツェ ☒…ピヤシリスキー場 健…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6年3月末日現在

◆人口  
 全体 24,963人(-352)  
 男 12,146人(-166)  
 女 12,817人(-186)  
 内外国人住民登録者 105人(5)  
 出生 6人(-6)  
 死亡 27人(-3)

◆世帯数  
 全体 13,755世帯(-183)  
 ※()は前月末比

### 広報 なよろ

令和6年5月1日発行 第218号

◆発行/名寄市 ◆編集/総合政策部秘書広報課  
 ◆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

◆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