

なよろ

7

July 2015
No.112

夏を楽しもう！ なよ夏のイベント2-3



介護保険制度改正のお知らせ ... 4-5

名寄市職員を募集します (市立総合病院)10



表紙

もくじ

夏を楽しもう！

なよろの夏イベント

介護保険制度改正のお知らせ

国保・後期高齢のお知らせ

チャレンジデー結果

名寄市職員を募集します
(市立総合病院)

芸術文化鑑賞バスツアー
節電のご協力を

なよろエコチャレンジ2015

知っていますか？自治基本条例

名寄市立大学の窓から
～知への誘い～

サークル紹介

まなびの部屋

健康ガイド

男女共同参画社会、
天塩川だより

もっと！もち米プロジェクト

フォトでお知らせ - 広報版 -

暮らしのお知らせ

裏表紙

特集

夏を楽しもう！ なよろの夏イベント

夏の名寄を盛り上げる主なイベントを紹介します。7月～8月は名寄のイベントにたくさん参加しておおいに楽しみましょう！

★ お祭りなどのイベント 🎵 音楽イベント 🏃 スポーツイベント

PICK
UP



8月2日(日) 13:00～20:30

てっしフェスティバル

なよろの短い夏を楽しむ野外イベント。花火前のライブはロックバンド「リンドバーク LINDBERG」のボーカル渡瀬マキさんに決定。また、今年で開催20回目となることから、メインの花火大会がこれまで以上に豪華になる予定です。

※会場：天塩川曙橋下流河川敷

※内容：よさこいや阿波踊りの演舞、ダンスイベント、野外ライブコンサート、花火大会など
※花火開始は19:50



7月10日(金)

名寄市戦没者追悼式

受付8:45 開式9:45

※会場：市民文化センター

※10:00頃にサイレンを鳴らします。サイレンに合わせた黙とうをお願いします

名寄市平和音楽大行進

開会式13:30

もう二度と悲惨な戦争は繰り返さない…そんな願いをこめて夏空のもとで繰り上げられる華麗な演奏とパレードに多くの声援をお願いします。

※開会式会場：名寄小学校グラウンド

※悪天候時開催を中止する場合あり

参加団体

- ①光名幼稚園
- ②名寄大谷認定こども園
- ③風連幼稚園
- ④名寄カトリック幼稚園
- ⑤風連中央小学校
- ⑥名寄西小学校
- ⑦名寄東小学校
- ⑧名寄南小学校
- ⑨名寄小学校
- ⑩豊西小学校
- ⑪名寄東中学校吹奏楽部
- ⑫風連中学校吹奏楽部
- ⑬名寄中学校吹奏楽部
- ⑭陸上自衛隊名寄駐屯地音楽隊
- ⑮社会を明るくする運動名寄実施委員会



PICK
UP

行進順路



夏を楽しもう！なよろの夏イベント

7月25日(土) 9:30~14:00
ふるさとフェスティバル
in サンピラーパーク
※会場：道立サンピラーパーク



7月18日(土) 開場13:30 開演14:00
北の星座音楽祭
「天上の響き ハープの調べ
吉野直子リサイタル」



チケット料金:指定席2,500円、自由席2,000円、EN-RAY倶楽部会員は500円引き。詳しくはEN-RAYホールチケットセンターへ (☎01654③3333) ※会場：市民文化センター



7月5日(日) 10:00~15:00
ふれあい広場2015なよろ
福祉やボランティアへの理解を深めよう
※会場：総合福祉センター



8月1日(土)~3日(月)
風連まつり



秋の豊作を願い、夏のひとときを楽しむお祭り ※会場：風連地区市街地ほか



7月26日(日) 9:00~13:00予定
サンピラー国体記念
第13回サマージャンプ大会
※会場：名寄ピヤシリシャンツェ



7月25日(土) 14:30~24:00
きたすばる星と音楽の集い
~星まつり~
※会場：市立天文台きたすばる



8月12日(水)~13日(木)
風連ふるさとまつり



盆踊り(12日)や風舞あんどん(13日)など ※会場：風連駅前通り、西町公園



8月9日(日) 9:30~13:00
第3回有森裕子
なよろひまわりリレーラン
※会場：なよろ健康の森



8月4日(火)~6日(木)
名寄まつり
名寄で一番歴史のあるお祭り
※会場：西3条通りほか



7月下旬~8月上旬頃
ひまわり開花



開花情報などはなよろ観光まちづくり協会へ (☎01654⑥6711)



8月23日(日) 9:30~14:30
なよろ産業まつり
~もち米日本一フェスタ~
※会場：なよろ健康の森



8月14日(金)~15日(土)
市民盆踊り大会 ※予備日16日(日)
子ども盆踊り、仮装盆踊りなどを開催
※会場：南広場



介護保険制度 改正のお知らせ

問い合わせ

高齢介護課介護保険係(名寄庁舎 2階)

☎ 01654③2111

(内線 3234 ~ 3236)

地域住民課福祉係(風連庁舎 1階)

☎ 01655③2511

(内線 112、113)

平成27年4月からの変更点

介護保険料が変わりました

市では3年ごとに保険料の見直しを実施しています。

高齢者人口の増加に伴う要介護認定者の増加を見込み、平成27年度から平成29年度までの介護保険料を決定しました。

国の制度改正により、介護給付費のうち65歳以上の方が負担する割合が21パーセントから22パーセントに引き上げられたこともあり、前年度までの保険料を引き上げるようになります。

保険料の大幅な上昇を防ぐため、保険料の額が決まる所得段階の区分を「10段階」とするとともに、介護給付費準備基金の取り崩しを行い、上昇幅を抑えています。

65歳以上の方には、7月中旬までに平成27年度の介護保険料決定の通知書を送付しますので、ご確認ください。

※所得段階別の介護保険料は左ページの表のとおりです。



特別養護老人ホームの入所基準が変わりました

特別養護老人ホームの新規入所は、原則として「要介護3以上の方」が対象となりました。

ただし、要介護1・2の方であっても、やむを得ない事情により特別養護老人ホーム以外での生活が困難な方については、特例的に入所できます。

低所得の施設利用者の負担限度額が変わりました

市民税非課税世帯の方の施設利用時の居住費のうち、多床室の負担限度額が月額320円から370円に変更されました。

平成27年8月からの変更点

一定以上の所得のある方の利用者負担が2割に

一定以上の所得(本人の合計所得金額が160万円以上で、年金収入+その他の合計所得金額が単身世帯で280万円以上、2人以上世帯で346万円以上)の65歳以上の方が介護サービスを利用したときの利用者負担が2割になります。

※要支援・要介護の認定を受けた方

全員に1割または2割の利用者負担割合が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます。名寄市では、7月末までに対象者あてに送付します。

高齢介護サービス費に

「現役並み所得者区分」を新設

月内の介護サービス利用者負担が一定額を超えた場合に支給される「高額介護サービス費」の利用者負担段階区分に「現役並み所得者区分」(同一世帯に課税所得145万円以上の65歳以上の方がいて、年収が単身で383万円以上、夫婦で520万円以上)が新たに設定されます。

低所得の施設利用者の食費・居住費軽減の要件が変更

市民税非課税世帯の方は、介護保険施設(短期入所を含む)利用の際の食費・居住費の軽減制度があります。が、別世帯の配偶者が市民税課税者である場合、または預貯金等が単身で1000万円、夫婦2000万円を超える場合は、軽減対象となりません。

軽減を受けるためには、申請が必要ですので、介護保険または入所施設の相談員、担当のケアマネジャーにお問い合わせください。



平成27年度から平成29
年度の介護保険料が決
定しました



平成27年度～平成29年度の65歳以上の介護保険料（基準月額4,727円）

段階	対象者	基準額に対する 負担割合	年額保険料 ※1
第1段階 ※2	次のいずれかに該当する方 ・生活保護を受給している方 ・中国残留邦人等支援給付を受給されている方 ・世帯全員が市民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	(0.50) ※3 0.45 ※4	(2万8,300円) ※3 2万5,500円 ※4
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超えて120万円以下の方	0.65	3万6,800円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える方	0.75	4万2,500円
第4段階	本人が市民税非課税で、同一世帯に市民税課税の方がいる 合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	0.85	4万8,200円
第5段階 (基準額)	本人が市民税非課税で、同一世帯に市民税課税の方がいる 合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える方	1.00	5万6,700円
第6段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が120万円未満の方	1.20	6万8,000円
第7段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が120万円以上190万円未満の方	1.30	7万3,700円
第8段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が190万円以上290万円未満の方	1.50	8万5,000円
第9段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が290万円以上700万円未満の方	1.70	9万6,400円
第10段階	本人が市民税課税で、合計所得金額が700万円以上の方	2.00	11万3,400円



※1 年間保険料は基準月額(4,727円)×負担割合×12カ月で計算し、100円未満は切り捨てます。

※2 所得の低い方の保険料負担に配慮し、平成27年度から第1段階の方は公費(国・北海道・名寄市)により保険料が軽減されています。

※3 軽減前の(本来の)保険料

※4 公費による軽減後の保険料

暮らしの安心 国民健康保険

問い合わせ

市民課国保高齢医療係(名寄庁舎 1階)

☎ 01654③2111

(内線 3114 ~ 3116)

地域住民課市民係(風連庁舎 1階)

☎ 01655③2511

(内線 119)

平

成27年度の
国民健康保険税

今年度の国民健康保険税は、限度額に変更があり、医療分が「51万円」から「52万円」に、後期高齢者支援金分が「16万円」から「17万円」に、介護納付金分が「14万円」から「16万円」になりました。

なお、保険税率に変更はありません。保険税は下の表により計算し、それぞれ①④の合計(限度額を超える場合は限度額)になります。

医療分・後期高齢者支援金分は国保加入者全員、介護納付金分(介護保険2号被保険者)については、国保加入者のうち、満40歳以上65歳未満の方が対象になります。

平成27年度の保険税率

	医療分	後期高齢者支援金分	介護納付金分
①所得割	世帯の所得 × 7.4%	世帯の所得 × 3%	世帯の所得 × 2.4%
②資産割	固定資産税額 × 20%	固定資産税額 × 9%	固定資産税額 × 4%
③均等割	2万1,000円	1万円	1万円
④平等割	1万8,000円	8,000円	8,000円
限度額	52万円	17万円	16万円

平成27年度の
納税通知書は
7月中旬に送
付します



保

保険の納め方

国保税は世帯主が納めます

各種届け出や国保税を納める義務は世帯主にあります。

世帯主が国保に加入していても世帯の中に国保の被保険者がいる場合、納税通知書は世帯主に送られます。

普通徴収

(年6回の窓口納付または口座振替)

当初納付書では、平成27年4月から平成28年3月分までの1年分を年6回で納付することになります。 ※途中加入や離脱の場合を除く。

特別徴収(年金天引き)

国保被保険者が全員65歳以上で構成される世帯の国保税は、原則として納税義務者の年金から天引きになります。

ただし、次に該当する方は従前のとおり納付書で納めていただく(普通徴収)ことになります。

・国保税の納付を口座引き落としにしている場合

・平成27年度中に75歳になる場合

・年金年額が18万円未満の場合

・介護保険料が年金から天引きされていない場合

※特別徴収(年金天引き)を希望しない場合

い場合、事前に口座振替手続きが必要になります。

加入・離脱したときの国保税

国保税は加入の届け出をした月からではなく、加入資格を得た月から課税されます。年度途中で加入する場合や離脱したときも離脱の前月までの税額が月割で計算されます。

国保税の軽減

国民健康保険制度では、所得や世帯の国保被保険者数、世帯の状況に応じた軽減制度があります。

詳しくは納税通知書または、同封のパンフレットをご覧ください。

■低所得世帯に対する軽減

被保険者世帯の人数や所得に応じ、均等割・平等割の7・5・2割の軽減措置がとられます。

昨年度に引き続き軽減判定基準が拡充し、5割・2割の対象となる世帯が拡大しました。

■非自発的失業者の軽減

65歳未満の方が解雇や倒産により離職し国保に加入した場合、雇用保険の受給理由によって受けられる軽減措置があります。

■後期高齢者医療制度への移行に伴う軽減、減免

後期高齢者医療制度への移行に伴う激変緩和措置として軽減措置や減免措置があります。

同制度への移行により、国保世帯

帯の被保険者が1人になった場合、5年間は平等割の2分の1が減額になり、その後3年間は平等割の4分の1が減額になります。

納

期内の納税にご協力を

皆さまに納めていただく国保税は医療費の支払いなど国保事業の運営に欠かせない財源です。

納期限内の納付にご協力をお願いします。

納め忘れのないように

口座振替制度の利用により、納め忘れが防げます。

申し込みは、市内の金融機関または市役所税務課納税係の窓口へ。

※通帳と届出印、納付書をお持ちください。

納付が遅れたら

納税相談がないまま納付が遅れたり納付がない場合、税負担の公平性を保つため、保険証の有効期限が短期間になったり、納税相談後に保険証が交付されるなどの措置がとられることとなります。

また納期を過ぎると督促を受け、延滞金が増加されます。納税相談のないまま未納が続くと財産の差し押えなど滞納処分を受ける場合があります。

災害等により所得が一時的に著しく減少した場合や特別な事情がある場合には、納期限の延期や保険税の減免・免除を受けられる制度もありますので、早めの相談をお願いします。

災害等の事情により医療費の自己負担分の支払いが困難な場合もご相談ください。

国

保の届け出

届け出は14日以内に

■国保に加入するとき

- ・転入したとき
- ・退職などにより職場の健康保険をやめたとき
- ・子どもが生まれたとき

■国保を離脱するとき

- ・転出するとき
- ・就職などにより職場の健康保険に加入したとき
- ・被保険者が亡くなったとき

■離脱の届け出遅れにご注意を

- ・会社の健康保険に加入後に、新しい保険証が届くまでの間、国保の保険証で受診した場合は医療費を返金いただく場合があります。
- ・会社などの健康保険に加入後、国保の離脱届がなされないと会社の保険料と国保税が二重払いになります。

国

保の保健事業

国保では、健康維持のために各種検診等への助成など保健事業を行っています。疾病予防、早期発見、早期治療のため特定健診や各種がん検診、人間ドックなどを受診し健康維持にお役立てください。

特定健診・特定保健指導

国保に加入する30歳から74歳の全ての方を対象に、生活習慣病に着目した「特定健診」を無料で実施しています。

早期予防・改善に向けて、保健師による特定保健指導を実施しています。

市が実施する各種検診への助成

国保に加入している方は市の検診のほとんどを無料で受けられます。

人間ドック・脳ドックへの助成

30歳以上の方が医療機関でドックを受けた際、対象費用の3分の2を助成しています。

要件や手続きの方法については事前にお問い合わせください。

保健師による健康相談

保健師による窓口や訪問による健康相談を随時行っています。気軽にご相談ください。

高

齢受給者証の更新

受給者証の有効期限が7月31日(金)までとなっています。8月1日(土)以降に使用する新しい証を7月末までに届くように発送しますので、有効期限満了後に差し替えてご利用ください。

新たに70歳になり対象となる方については、誕生日の翌月(1日生まれの方は当月)から使用できるよう随時発行します。

限

度額適応認定証の更新

高齢受給者証をお持ちの70歳以上の課税世帯の方を除き、病院に支払う医療費が自己負担限度額までのお支払いで済むようになる「限度額適用認定証」の交付を受け、医療機関窓口に提示することにより、窓口負担が軽減されます。

入院や支払いが高額になる外来受診の際、事前に国保窓口での申請をお願いします。

なお、7月以前に「限度額適用認定証」の交付を受けた方は有効期限が7月31日(金)となっていますので、更新手続きの申請が必要です。

ただし、保険税の納付状況によって交付できない場合もありますので、事前にお問い合わせください。

後期高齢者医療制度

問い合わせ

北海道後期高齢医療広域連合

☎ 011-290-5601

市民課国保高齢医療係(名寄庁舎1階)

☎ 01654③2111

(内線3118)

7月に今年度の保険料額をお知らせ

平成27年度の保険料額については7月に個別にお知らせします。計算方法は、同封するチラシをご覧ください。

後期高齢者医療制度は、被保険者の皆さまの保険料によって成り立っています。

皆さまが将来にわたって安心して医療を受けるための貴重な財源ですので、ご協力をお願いします。

保険料の支払いは、「年金からの支払い」と「口座振替」を選ぶことができます。

口座振替を希望する方はお問い合わせください。

保険証(被保険者証)が新しくなります

現在ご使用の保険証の有効期限が7月31日(金)で満了になるため、8月以降は使用できなくなります。7月中に新しい保険証(有効期限が平成28年7月31日)を簡易書留郵便で送付しますので、お手元に届き次第、お持ちの黄緑色の保険証を破棄して、オレンジ色の保険証をご使用ください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成28年 7月31日	
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
交付年月日	平成20年 4月 1日
有効期限	平成20年 4月 1日
交付年月日	平成27年 7月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011010 公印(朱)

保険証(最新はオレンジ色)



減額認定証も新しくなります

現在ご使用の減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)の有効期限が7月31日(金)で満了になるため、8月以降は使用できなくなります。(有効期限は保険証と同じく1年間です)

引き続き交付対象に該当する方は7月中に保険証とともに減額認定証を交付しますので、8月1日(土)からは、お持ちの黄色の減額認定証を破棄し、ピンク色のものをご使用ください。

また新たに必要となる方は申請手続きをしてください。

■交付対象
次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	区分Ⅰ
世帯全員が住民税非課税	世帯全員が住民税非課税で次のいずれかに該当する場合 - 世帯全員の所得が0円の方(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方) - 老齢福祉年金を受給している方

医療費通知を希望する方へ

被保険者の皆さまに健康や医療に対する理解を深めていただくために、発行を希望する方に医療費を半年ごとにとまとめた医療費通知を送付しています。

次回は、9月(平成27年1月)6月の医療費を対象に発行します。新たに発行を希望する方は、ご連絡ください。

減額認定証(最新はピンク色)

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
交付年月日 平成27年 8月 1日	
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
交付年月日	平成27年 8月 1日
有効期限	平成28年 7月31日
適用区分	区分Ⅱ
長期入院該当年月日	平成27年 8月 1日 保険者印
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011010 公印(朱)



チャレンジ 2015

参加ありがとうございました！

- 通算成績11勝11敗 -



ラジオ体操



体操教室



グラウンドゴルフ

5月27日(水)、チャレンジデー2015が全国130カ所で行われました。全国では23回目の開催、本市では22回目を数え全国で最多の参加となりました。今年のチャレンジデーは、昨年に引き続き「スポーツの力で日本を元気に！」をスローガンに掲げ、自治体・地域の皆さまが一体となって開催されました。

本市では、恒例となった「朝のラジオ体操」や「市民綱引き大会」といったメインイベントをはじめ、協賛事業による各種大会、各事業所による職場体操などとおして1万7,681人(60.8%)の市民の皆さまに参加いただきました。

一方、対戦相手の福岡県みやこ町では、早朝ウォーク、採れたて市場で健康体操、健康体力測定などに取り組み、1万4,529人(69.2%)の参加を記録しました。

勝敗については、8.4%の差で敗れる残念な結果となりましたが、これほど多くの参加をいただいたことで、少しでも市民皆さまの健康づくりにつなげることができました。

これからも健康増進のため、日頃から運動するよう心がけましょう。



市民綱引き大会（開会式）



市民綱引き大会

対戦結果



名寄市

人口：2万9,090人
参加者：1万7,681人
参加率：60.8%



みやこ町
(福岡県)

人口：2万997人
参加者：1万4,529人
参加率：69.2%

※人口は平成27年2月1日現在



後日1週間みやこ町の旗を掲げました



市民綱引き大会

名寄市職員を募集します（市立総合病院）

H 27 年度採用

1 職種と募集人数

- ① 薬剤師 若干名
- ② 臨床工学技士 若干名

2 受験資格

- ① 昭和55年4月2日以降に生まれ、薬剤師の免許を有する方
- ② 昭和50年4月2日以降に生まれ、臨床工学技士の免許を有する方

3 試験内容

- 第一次試験
書類選考（第一次試験合格者は、本人に通知します）
- 第二次試験
論文試験と面接

■ 第二次試験の日程（全職種）

- ・ とき 8月22日(土)
- ・ ところ 市立総合病院2階講義室

4 応募期日

8月5日(水)

H 28 年度採用

1 職種と募集人数

- ① 看護師 20人程度
- ② 助産師 若干名
- ③ 施設管理技師 1人
- ④ 医療事務 1人

2 受験資格

- ① 昭和31年4月2日以降に生まれ、看護師の免許を有する方または平成28年4月までに資格取得見込みの方
- ② 昭和31年4月2日以降に生まれ、助産師の免許を有する方または平成28年4月までに資格取得見込みの方
- ③ 昭和50年4月2日以降に生まれ、電気工事士、ボイラー技士（二級以上）の資格を有し、施設管理業務等の実務経験が3年以上の電気主任技術者取得者（第三種以上）または認定校を卒業した方
- ④ 昭和50年4月2日以降に生まれ、診療情報管理士の資格を有する方および診療報酬請求事務能力認定試験相当に合格した資格を有する方

方、または医療事務学校において正規の課程を修了し、平成28年3月卒業見込みで資格取得見込みの方

3 試験内容

- 第一次試験
書類選考（第一次試験合格者は、本人に通知します）
- 第二次試験
論文試験と面接

■ 第二次試験の日程

- ・ とき ①と② 8月22日(土)
③と④ 11月15日(日)
- ・ ところ 市立総合病院2階講義室

4 応募期日

- ①と② 8月5日(水)
- ③と④ 10月30日(金)

応募方法・問い合わせ

1 応募方法

・ 受験申込書に所定の事項を記入のうえ、それぞれの応募期日までに提出してください。

2 申し込み・問い合わせ

・ 受験申込書は問い合わせ先へ請求または市立総合病院ホームページからダウンロードしてください。

〒096-8511
名寄市西7条南8丁目
市立総合病院総務課総務係
☎ 01654③3101
(内線2219)

職員採用情報の詳細は
ホームページをご覧ください

市立総合病院ホームページ
<http://www.nayoroch.jp/>

「トップページ」

「当院で働きたい方へ」

それぞれの項目をご覧ください

ほかの職種も
随時更新予定



第3回 芸術文化鑑賞バスツアー 参加者募集

今回は
余市町と北広島市



と き

8月24日(月)～25日(火) ※1泊2日

[24日] 10時 名寄庁舎前出発

[25日] 18時 名寄庁舎前着予定

※その他乗降場所

ハローワーク前、文化センター前、風連駅前

行き先

①ニッカウヰスキー余市工場

日本のウイスキーの父と呼ばれる創業者・竹鶴政孝氏が醸造の地に定めた余市町に立つ工場。工場見学のほか、試飲も楽しめる。

②ニーウンペツガラス美術研究所

器、花器、ランプ、ペーパーウェイト、オブジェなど、手仕事感が伝わるガラス作品を展示・販売。工房の見学も楽しめる。

宿泊先

ホテルカイクー札幌

※朝食付。

※禁煙ルームに限りがあるため、希望に添えない場合があります。ご了承ください。

定員

33人(最小催行人数10人)

※定員を超えた場合は、抽選を行います。

参加費用

9,200円(宿泊料、1日目昼食代、傷害保険料など)

申込期間

7月2日(木)～13日(月)

その他

内容・費用などは変更になることがあります。

節電のご協力をお願いします

ご家庭での節電のポイント

節電をお願いしたい期間・時間帯

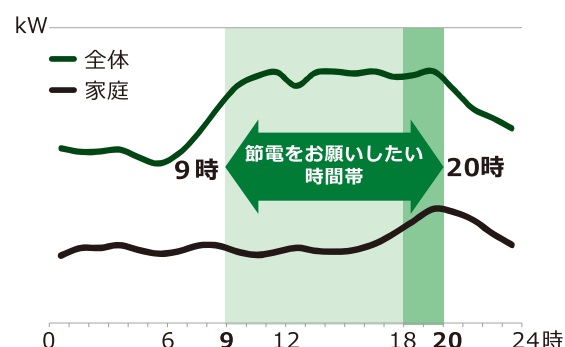
7月1日(水)～9月30日(水)

平日9時～20時 ※お盆(8月13日、14日)を除く

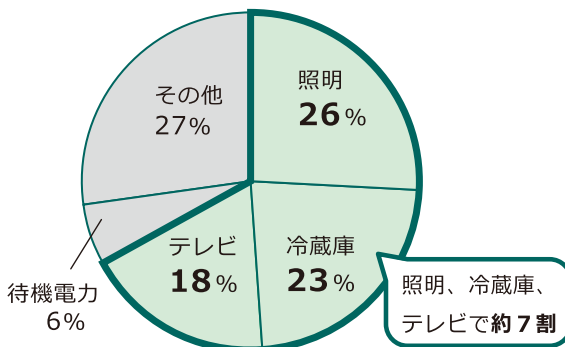
7.1%以上の節電(2010年度の実績と比較して)を目安にご協力をお願いします。

特にご家庭では、電気の使用が増える夕方以降(18時～20時)の時間帯のご協力をお願いします。

夏の平日の家庭での使われ方(イメージ)



夏の平日の家庭での消費電力(20時、在宅世帯)



節電にご協力いただきたい電気製品

照明、冷蔵庫、テレビなどを中心に普段使用している電気製品について節電のご協力をお願いします。また、外出の際には待機電力などの削減もお願いします。

ご家庭では夏の20時頃に平均で約700Wの電力を消費し、そのうち照明、冷蔵庫、テレビが7割以上を占めています。

外出中の場合でも、冷蔵庫、温水洗浄便座は待機電力などにより、平均で約200Wの電力を消費しています。

問い合わせ 北海道電力(株)名寄営業所 01654③2131

なよろエコチャレンジ 2015夏

チャレンジするのは
8月～9月分
の電気量！

エコチャレンジしませんか？市では、消費者協会と連携し、省エネルギーによる二酸化炭素排出量削減のため、節電に取り組んでいただく節電モニターを募集します。

参加申し込みをしましょう！

■対 象 市内在住の一般世帯の方

■募集人数 20人（先着順）

■募集期間 7月6日（月）～17日（金）
10時～16時

※7日および土日を除きます。

■申込方法 名寄消費者協会へ電話で申し込む。



ワットメーターを活用しよう！



参加された方には、ワットメーターを貸し出します。

うまく活用して、電気使用量を削減させてください！

0.00円
0.00W

10%削減してエコ商品をゲット！

毎月北電から届く「電気ご使用量のお知らせ」で検針結果を見て、結果を報告してください。

8月と9月分の電気使用量の合計が、昨年の合計と比べて「10%」以上削減できた場合、「3,000円」相当のエコ商品（LED電球）を差し上げます！

■商品は次のとおり

Aセット

・60Wタイプ1個
・40Wタイプ1個

Bセット

・60Wタイプ1個
・25Wタイプ1個

Cセット

・40Wタイプ1個
(人感センサー付)

※内容は変更する場合があります。

これまでの結果を紹介します

「なよろエコチャレンジ」はこれまでに2年間夏と冬に開催してきました。その中での取り組み結果などを紹介します。

■電気量の前年比10%以上削減を達成した方の
1カ月平均削減率と電気代の試算

夏 (8～9月)	消費電力量280kwh→219kwh 【21.8%の削減】	1カ月の電気代 約1,830円の節約
冬 (12～1月)	消費電力量564kwh→451kwh 【20.0%の削減】	1カ月の電気代 約3,390円の節約

※1kwhあたり30円で試算。

■達成した方の中で削減率が高かった方の試算

冬 (12～1月)	消費電力量450kwh→232kwh 【48.4%の削減】	1カ月の電気代 約6,540円の節約
--------------	----------------------------------	-----------------------

■達成した方が行った取り組みメニュー

- ・使用しない時は家電製品のコンセントを抜く（主電源を切る）
- ・ストーブ、エアコンの温度調節をこまめに行う（設定温度を控えめにする）
- ・炊飯器、電気ポットの保温機能を使用しない（使用頻度を少なくする）
- ・洗濯機の使用頻度の見直し（洗濯物のまとめ洗い）
- ・家電製品を省エネタイプに買い替え（小型化）
- ・照明をこまめに消灯する
- ・テレビを見る時間を少なくする

エコチャレンジについて詳しくは市ホームページをご覧ください。

問い合わせ

■名寄消費者協会（駅前交流プラザ「よろーな」2階）

☎01654③5630

■企画課企画調整係（名寄庁舎3階）

☎01654③2111（内線3309）

連載

知っていますか 自治基本条例

No.9

「自治基本条例」の施行(平成22年4月)から5年を迎えました。それに伴い同条例に基づく「検討や見直し」を行うため、平成27年4月に公募により選出された方や有識者など20人の委員による有識者会議を設置しました。現在、平成26年11月に実施のアンケートや同条例制定以降の社会状況の変化などを考慮し、条例の点検作業を行っています。同条例に対する取りまとめは平成27年の秋頃までに行います。

会議内容

- ① 委嘱状交付
- ② 座長・副座長選出
- ③ 条例制定の経過と背景について
- ④ 市民アンケート結果について
- ⑤ 条例制定後のおもな社会状況の変化について



▲第1回有識者会議のようす

5月26日(火)実施 第2回有識者会議

会議内容

- ① アイスブレイク(グループ対話)
- ② 各条文内容の確認作業(出された意見や質問)
- ・ 条例の言葉や文章が難しい
- ・ 社会的問題点を検討して皆で共有認識を持つて見直す
- ・ 市民公募の基準とは など



▲第2回有識者会議のようす

6月～7月予定

- ① 条例の見直しの必要性について
(条例制定後の市民意識や社会的状況の変化などを考慮し、検討する)
- ② 条例の周知・活用状況と市の取り組みについて
(これまでの周知方法や活用状況を確認し、市の取り組みについても検討する)

7月～8月予定

- ① 答申の取りまとめ作業
(これまでの意見や議論などを踏まえ、市への答申を取りまとめ)
- ② これからの活用方法や周知方法について
(条例をどのように活用すべきか、市民への周知方法などを検討する)

問い合わせ

企画課企画調整係
(名寄庁舎3階)

☎ 01654③2111
(内線3311)

☎ FAX 01654③9083
ny-kikaku@city.nayoro.lg.jp

※有識者会議の会議録や資料は、市ホームページに掲載しています。

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

トップページ「暮らしの情報」

まちづくり「住民自治・町内会」

自治基本条例

風連・名寄 合併10周年記念冠事業

- ★ 7月5日(日) ふれあい広場2015なよろ
- ★ 7月11日(土) 山下洋輔ジャズコンサート in Nayoro
- ★ 7月25日(土) きたすばる星と音楽の集い
- ★ 7月28日(火)～31日(金)・8月5日(水)～8日(土)
杉並区・名寄市子ども交流会

※合併10周年記念冠事業は現在募集中です。

問い合わせ 企画課企画調整係 (名寄庁舎3階)

☎ 01654③2111 (内線3309)



★ New Nayoro City ★
★ 10th Anniversary ★



名寄市立大学の窓からく知への誘い

「タッチケア」

保健福祉学部 看護学科

准教授 加藤 千恵子

vol.31

タッチケアとは、心と身体に触れあい、ゆっくりと一定の圧力でマッサージする手法です。おもに、赤ちゃんに触れたことがないお母さんが赤ちゃんに慣れ、どこに触れると喜び、嫌がるのかといった好みを知ることに有効(効果的)です。

出産後のお母さんは、赤ちゃんにおっぱいを吸われたとき、おなか(子宮)が痛くなる経験をしていると思います。その子宮を収縮させるホルモンが「オキシトシン」です。

オキシトシンは「愛情ホルモン」とも呼ばれ、赤ちゃんにしっかりとおっぱいを吸わせると、オキシトシンにより、虐待をする割合が少なくなり、自尊感情が増し、NK細胞(※1)が活性化します。

タッチケアを受けると赤ちゃんにもオキシトシンが出始め、10〜20分後には一過性に倍増します。

タッチケアでは、簡単に快感と生理的リラクソスが得られます。それは、心拍数、血圧、呼吸数が安定し、ストレスが緩和するためです。さらに、精神的には抑うつ気分や不安レベルを安定に導き、身体的には筋肉が弛緩しリラクソスでき、消化を促進する消化管活動が活性化します。特に、新生児や乳児では、成長率が高くなり、目覚めや寝つきがよくなります。

具体的には、タッチケアを続けるとストレスが約3割減り、タッチケアをした赤ちゃんは、しない赤ちゃんに比べ体重が1日あたり約47パーセント増えます。さらに、寝つくまでの時間が20分以上かかっていたのが、タッチケアを続けて12日目には10分以内になったとの報告もあります。

タッチケアを行う側にも唾液中のクロモグラニンA(※2)が減少し、皮膚の血管が広がり、収縮期血圧(最高血圧)が低下しました。つまり、タッチケアを受ける側と行う側の「双方向」に癒しの効果があるのです。

看護ケアの内容	効果
足浴	身体が芯まで暖まらない
下半身のタッチケア	血圧を下げ、身体を芯から暖める
炭酸浴	血圧を変動させずに、身体を芯から暖める
足浴+タッチケア	血圧を下げ、身体を芯から暖める

また、次の4つの看護ケアで自律神経の状態を調査しました。

看護ケアはどれも気持ちが良いと思われるかもしれませんが、血圧が高めの人にはタッチケアを取り入れた方が良いことがわかりました。日常生活にタッチケアを取り入れてみませんか？お子さんの反抗期などで触れ合えないときは、内臓のタッチケアです。美味しいものを一緒に食べ、つらい時期を乗り越え、身近な人と癒し、癒され、幸せになりましょう！



※1 NK細胞

がん細胞やウイルス感染細胞などを見つけ次第攻撃するリンパ球。生まれながらに備わっている自然免疫に重要な役割を担うと考えられている。

※2 クロモグラニンA

ストレスによって濃度が変化する体液中の物質。

大学図書館へようこそ！

7月18日・19日は名大祭の一般公開が行われます。図書館では今年も次のイベントを企画しています。どうぞお気軽にお立ち寄りください。



《ビブリオバトル》

学内予選会を勝ち抜いた学生がお気に入りの本を5分間で紹介し、「どの本が読みたくなったか」を基準に投票を行い「チャンプ本」を決定する書評ゲームです。

ぜひ来場して投票に参加してください。

■と き 7月18日(土) 10:30〜11:30

■ところ 市立大学新館2階 学生ラウンジ

《サイエンスカフェin名大祭》

児童学科の今野先生による「作ることからわかるもの〜おもちゃ：子どもと人との間にあるもの」と題した講演と意見交換などを行います。簡単なおもちゃ作りも予定しています。

■と き 7月18日(土) 12:30〜14:30

■ところ 市立大学新館2階 学生ラウンジ

*参加無料、申込不要です。

*フリードリンクとお菓子をを用意します。

●問い合わせ 名寄市立大学図書館 ☎01654②4199
(本館：内線3114 分館：内線2200)



わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

Harmonyなよろ

楽しく美しいハーモニー
を目指して歌いましょう



私たち「Harmonyなよろ」は、平成10年4月に市内の3つの合唱団を中心に発足しました。

現在は、「シニアコーラス和の会」、「名寄じやシリ少年少女合唱団」、「鈴石女声コーラス」、「名寄白樺合唱団」の4団体で構成し、市内の合唱を愛する仲間との相互連携を取り、合唱により豊かな情操を養い、地域社会の音楽文化の普及を目的に活動しています。

活動内容は、所属4団体のほか、単独活動の団体にも参加を呼び掛けて、市民合唱祭を毎年開催しています。また、数年ごとに、道北合唱協会の道北合唱祭の開催主管を担っています。

合唱に興味のある個人や団体は気軽にご連絡ください。一緒に楽しく美しいハーモニーを目指して歌いましょう。

将来の合唱仲間の育成ために、少年少女合唱団への入団を大いに期待します。また、そのほかの3団体いずれも年齢層が高くなり、男性が不足しています。若年層と男性は大歓迎です。

- 活動イベント
市民合唱祭
道北合唱祭 など
- 活動場所
市民文化センターなど
- 会 費
問い合わせください
- 連絡先
高橋 勝明さん
☎01654③0668



名寄少林寺拳法協会

体と心の両面を鍛え礼儀作法
や協調性が身に付く



- 活動日時 火・金曜 18:00~20:50
- 活動場所 スポーツセンター格技室
- 会 費 問い合わせください
- 連絡先 酒田 政明さん ☎01654②0011
塚越 博忠さん ☎01654②1769
斎藤 昭正さん ☎01654③4570

少林寺拳法は、昭和22年に開祖「宗道臣」により香川県多度津町で人づくりの行として創始され、一人ひとりが自己を確立し、人間同志が助け合い、共に幸せに生きるための道を説いています。また、人づくりの活動は国内はもとより、海外でも展開されています。

名寄では、昭和45年に初めて少林寺拳法が紹介され、道場を設立しました。昭和52年には、活動拠点をスポーツセンター格技室に移し、青少年の健全育成を目的として、45年間、活動を続けています。

練習は2人1組で行い、相手を尊重し協力するといった、人間関係の基本的な能力が育まれます。技のほかに、も学科や法話を学び、体と心の両面を鍛えます。特にあいさつや返事、言葉使いを大事にするので、集団活動に欠かせない、礼儀作法や協調性が身に付きます。

協会では、幼児から高齢者まで男女に関係なく、それぞれに合った練習方法で、上達できるように丁寧に指導します。健康増進・護身鍛錬・精神修養の三徳を兼ね備えている少林寺拳法をぜひ一度体験してみてください。

9月27日(日)に、第35回道北大会がスポーツセンターで開催される予定です。観戦しに来てみませんか？

「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。

公民館

市民文化センター（西13南4）

☎ 016554②2218

FAX 016554②2356

✉ mibunsen@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

☎ 016553②2620

FAX 016553③2321

市民文化センター

へっちゃらLAND2015
参加者募集中

自然体験学

習事業「へっ

ちやLAND

2015」を

開催します。

夏休みに仲間とテント泊、野

外調理、キャンプファイヤーな

どのプログラムを体験しよう！

大人のボランティア協力者も

大歓迎です。参加可能な時間帯

のみの協力でもかまいません。

●とき 7月28日(火)～31日(金)

※3泊4日

●対象・定員 小学校4年～6

年、中学生 先着40人

●参加費 4000円

●募集期限 7月10日(金)



市民講座「陶芸教室」



初心者の方、歓迎します。

気軽に参加してみませんか。

●とき 8月24日(月) 25日(火)

9月24日(木)、25日(金)、10月15日

(木) 18時30分～20時30分

※全5回

●ところ 市民文化センター

市民工芸室（1階）

●講師 名寄鉦石窯陶芸同好会

●対象・定員 市民 先着30人

●参加費(負担金) 粘土1キロ

につき400円

●持ち物 エプロン、木べら(し

やもじ)、タオル、やすり、新聞

紙、筆記用具

●募集期間 7月14日(火)～8月

14日(金)

平成28年名寄市成人式

実行委員の募集

20歳の門出に、あなたの手で

一生に一度の心に残る成人式を

作りませんか。

●役割 成人式の式典内容や

アトラクション、記念品などに

ついて話し合い、当日の運営を

行っていたいただきます。

●対象・定員 平成7年4月2

日～平成8年4月1日生まれの名

寄市民 10人程度

●応募方法 電話またはメール

で応募ください。

●応募期限 9月30日(水)

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～20時

※17時以降は1階のみ

休館 土・日 9時30分～16時

月・月・祝・年末年始

図書館風連分館風連町南町84

☎ FAX 016553③2871

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

ミニ展示コーナー

「地方創生」

「北海道青少年のための

200冊」

「第61回 課題図書」

本の読み聞かせなど

●おはなしクラブ(金曜日)

○とき 7月3日、10日、

日、24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 7月2日、16日

10

時30分

○対象 3歳未満児・保護者

7月の休館日

6日(月)、13日(月)、20日(月)、

27

日(月)、31日(金)

自動車文庫「やまゆり号」7月の巡回日程

《名寄地区》

1・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	16:00～16:20
3・17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
7・21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
8・22日(水)	緑丘第1団地	15:10～15:25
	サビラ・マ・ガ・レ・グ 行道堂住宅前	15:35～15:50
9・23日(木)	錦町公園前	15:10～15:25
	栄町公園前	15:35～15:50
	西10南1自衛隊官舎前	16:00～16:20

《風連地区》

8日(水)	東風連地区（東風連小学校）	10:15～10:35
	市街地区（野村様宅前）	11:00～11:10
15日(水)	下多寄地区（下多寄小学校）	10:15～10:40
	フロンティアハウス	10:50～11:05

風連分館

一日司書体験

●とき 7月28日(火)

○1回目 13時10分～13時50分

○2回目 14時10分～14時50分

●対象・定員 小学1・2年生

各2人

●申し込み 7月6日(月)から開始



ミニ展示コーナー

「おはけの本」

本の読み聞かせなど

●夏のおはなし会

○とき 7月21日(火)

○対象 小学生

●おはなしタイム(水曜日)

○とき 7月1日、8日、

日、22日、29日 15時

○対象 小学生

●おはなしポケット(金曜日)

○とき 7月10日、17日、

日 10時

○対象 3歳未満児・保護者

7月の休館日

5日(日)、12日(日)、19日(日)、

20

日(月)、26日(日)、31日(金)

「風花」は平成14年に発足し、博物館を拠点に月1回の例会で水彩画を楽しんでいます。身近な自然や建物などを描く風景画に加えて、最近では花の静物画にもテーマを広げました。

約30人の会員が作品を持ち寄り、講師の三宅草さんの作品と

●企画展(無料)
●北国風景画同好会
「風花」作品展

博物館

北国博物館(緑丘222)
☎ FAX 016554 ③2575
✉ info@city.nayoro.jp
開館 9時～17時
休館 月・年末年始
風連歴史民俗資料館
(風連町南町85)
※見学は北国博物館へ連絡

●とき 8月8日(土) 13時30分～15時30分
●ところ 児童センター
●定員 なし
※申し込みはありません。
※詳細は「なよろっこ」8月号に掲載します。

児童センター

児童センター
「ほっと21」(西11北2)
☎ FAX 016554 ③3465

●観覧料
○大人 410円
○大学生 300円
○70才以上・高校生以下 無料

●7月の利用案内
●休館日 6日(月)、13日(月)、21日(火)

天文台

なよろ市立天文台「きたすばる」
(日進157道立サンピラーパーク星見の丘)
☎ 016554 ②3956
FAX 016554 ②0267
✉ kitaubarun@nayoro-star.jp
HP <http://www.nayoro-star.jp>
開館 火・日・祝日
13時～21時30分
(21時までに入館)

●第32回特別展
「名寄公園の小動物
くどぐりの森の小宇宙」
昨年「北の造園遺産」に認定された名寄公園は市内で最も歴史ある公園で、名寄市指定文化財のミズナラ林があります。
そこに棲む小さな生き物たちにスポットを当て、公園内の豊かな自然環境を紹介します。
○とき 7月25日(土)～8月30日(日)
○ところ 北国博物館ギャラリーホール

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～	ブルーパトロール ～カプービールビーの伝説～
16:00	オーロラの調べ ～神秘の光を探る～	オーロラの調べ ～神秘の光を探る～
18:00	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～
20:00	オーロラの調べ ～神秘の光を探る～	オーロラの調べ ～神秘の光を探る～

●天体観望
○月面が見える期間 1日(水)～4日(土)、19日(日)～31日(金)
○今月見える惑星 水星、金星、木星、土星
※晴れている昼間に見ることが出来る星もあります。
●1.6メートル「ピリカ」望遠鏡見学・観望
○見学のみのみ 1日(水)～31日(金)
開館時間～19時頃
※休館日を除く。
○天気が良ければ星が見れる日
3日(金)～5日(日)、10日(金)～12日(日)、17日(金)～19日(日)、24日(金)～26日(日)、31日(金)
20時頃～21時30分
●プラネタリウム



●七タ観望会(観覧料のみ)
●とき 7月7日(火)まで
時30分～21時30分
●七タ講演会
●スペシャルデー(無料)
●とき 7月4日(土)
●惑星大気のふしぎ「ピリカ」望遠鏡による惑星観測
○時間 14時50分～15時20分
○講師 今井正亮(北海道大学、渡辺文健(市立天文台)
●北海道で
○オーロラは見られるの?
○時間 16時50分～17時20分
○講師 中島克仁(市立天文台)
●名寄で発見した超惑星
○時間 18時50分～19時20分
○講師 佐野康男(市立天文台)
●星の恋愛事情
○時間 20時50分～21時20分
○講師 内藤博之(市立天文台)
●はやぶさ講演会(無料)
●とき 7月18日(金) 19時～19時50分
●講師 坂本尚義(北海道大学理学部教授、橘省吾(北海道大学理学部准教授)
●テーマ ここまでわかった「はやぶさ」による科学・何がわかる「はやぶさ2」による科学
きたすばる
●星と音楽の集い(無料)
●とき 7月25日(土) 14時30分～24時

冥王星

ピリカ望遠鏡を使ってとらえた冥王星の姿。
観測時は地球から約48億キロメートル離れているため、1等星の20万分の1の明るさしかありません。
7月14日(火)に史上初めて探査機が接近します。
2015年6月6日観測
(北海道大学 今井正亮)
※北海道大学提供

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。

7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	3:47	19:21	18:10	3:05	2・31日	○満月
10日	3:52	19:18	---	13:16	9日	○下弦
20日	4:01	19:11	8:05	21:05	16日	●新月
31日	4:13	19:00	18:28	3:50	24日	●上弦

食中毒を予防しましょう

高温多湿の夏場は食中毒が発生しやすくなります。また、バーベキューをする機会も多くなり、肉の生焼けによる食中毒の危険も増えてきます。

食中毒菌は腐敗菌と異なり、食べ物の中で増えても味も臭いも変わりません。「O157」や「ノロウイルス」などわずかな汚染でも発症するものもあります。

食中毒予防の3原則「付けない、増やさない、やっつける」のもと、次の点に注意しましょう。



1 食品の購入

期限表示をよくチェックして、新鮮なものを選んで買いましょう。できれば、保冷剤(氷)などと一緒に持ち帰りましょう。

2 保存

買った物は、すぐに冷蔵または冷凍保存しましょう。(冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ)

3 下準備

手や使用する器具は、こまめによく洗いましょう。冷凍食品は室温で解凍しないで使う分だけレンジか冷蔵庫で解凍しましょう。

4 調理

加熱は十分に(目安は中心部の温度が75℃で1分以上)



5 食事

食事の前にはよく手を洗いましょう。料理をテーブルに長く置かないようにしましょう。



6 残った食品

温めなおすときは、十分に加熱しましょう。時間が経ち過ぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てましょう。

まだ間に合います！平成27年度総合検診

7月の日程で、これから申し込みできる日程があります。今年度、まだ申し込みされていない方もこの機会にぜひ受けてみませんか。

現在空きのある日程・時間を紹介します。

※すでに定員に達している場合があります。ご了承ください。

※料金など詳細については、お問い合わせください。

検診場所	日程	受付時間
保健センター	7月24日(金)～29日(水)	6:30～10:00
総合福祉センター	7月30日(木)	

がん患者サロン「よりみち茶話会」のご案内

市立総合病院では、がんのことを気軽に語り合うサロンを開催しています。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 7月30日(木) 13:30～

■ところ 市立総合病院 2階和室

■内 容 「医師とのコミュニケーション」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)

特定健診(健康診査)

【対象】30歳以上の市国保加入者、生活保護世帯者、後期高齢者医療保険加入者

各種がん検診等

【対象】胃・肺・大腸がんは30歳以上、前立腺がんは50歳以上、エキノコックス症は9歳以上、肝炎ウイルスは30歳以上

健康ガイド

- Healthy Guide -

申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)

☎01654②1486

休日当番医 急患に限ります

7月5日	たに内科クリニック ☎01654③1223
12日	片平外科・脳神経外科 ☎01654③3375
19日	市立総合病院 ☎01654③3101
20日	市立総合病院 ☎01654③3101
26日	あべクリニック ☎01654⑨7011
8月2日	市立総合病院 ☎01654③3101
9日	あかいし内科医院 ☎01654③7177
16日	名寄東病院 ☎01654③2188
	…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



7月

- 1日(水) のびのび親子教室
- 8日(水) もぐもぐ離乳食教室
- 9日(木) 3歳児健診
- 10日(金) 親子ふれあいひろば
- 14日(火) 1歳6カ月児健診
- 22日(水) 発育相談
- 23日(木) 7カ月児健診・BCG
- 24日(金) 親子ふれあいひろば
- 27日(月) 股関節脱臼検診
- 30日(木) 赤ちゃん計測日

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

子育て支援センターのおもな行事

名寄市子育て支援事業

●「親子お出かけ運動会」

- ・と き 8月22日(土) 10:00
- ・ところ 旧風連日進小学校グラウンド
- ・内 容 保育園で行うような運動会を開催します。
(参加費無料)
- ・申込方法 市内各子育て支援センターへ直接または
電話で申し込みください。
- ・申込締切 7月31日(金)

●「青空保育」

- ・とき・ところ 各10:00～11:30
7月1日(水)…智恵文保育所所庭
(雨天時：智恵文多目的研修センター)
- 7月15日(水)…浅江島公園
(雨天時：市民文化センター)
- 8月19日(水)…大学公園
(雨天時：大学体育館)
- ・内 容 大型紙芝居やポケットシアター、手遊び
など行い親子で遊びます。また、保育所の
栄養士も同行し、食育相談・アレルギー
相談なども受け付けます。

※当日現地へお越しください。

「さくらんぼ」

(東保育所内 ☎01654②5683)

●開催場所(9月まで)

- ・月・火・木・金曜日 市民文化センター
- ・水曜日(0歳児対象) 駅前交流プラザ「よろーな」

※急ぎよ場所が変更になることがあります。詳しくは
問い合わせください。

●親子講座 講演「野菜のお話」

- ・と き 7月7日(火) 10:30～11:15
 - ・ところ 市民文化センター
 - ・内 容 親子で野菜の栄養やおいしさについて学び
ましょう。
 - ・講 師 佐竹 初枝氏
- ※事前申し込みが必要です。



健康づくり体操教室

- と き 7月9日(木)、16日(木)、23日(木)、
29日(水) 9:30～11:15
- ところ 総合福祉センター(西2南12)
- 対 象 おおむね60歳以上の方
- 内 容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術
- 申し込み 当日会場で受け付けます。
(上靴を持参ください)
- 問い合わせ
高齢介護課高齢福祉係(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3231)

「おやこマヤ」

(名寄大谷認定こども園内 ☎01654⑧7711)

●利用案内

- ・親子遊びの広場 毎週火～金曜日 9:00～10:30
- ・絵本の貸し出し 毎週火～金曜日 9:00～10:30
- ・休園日 毎週月曜日

●親子遊びの広場「身体測定(3回目)」

- ・と き 7月15日(水) 9:00～10:30
- ・ところ 名寄大谷認定こども園2階ゆうぎ室
- ・内 容 身長・体重を測って、手形をとります。

「こぐま」

(風連さくら保育園内 ☎01655③2378)

●親子遊びの体験教室「七夕製作」

- ・と き 7月2日(木) 10:00～11:30
- ・ところ さくら保育園
- ・内 容 親子で七夕飾りを作ります。

●親子遊びの体験教室「水あそび」

- ・と き 7月16日(木) 10:00～11:30
- ・ところ さくら保育園
- ・内 容 水あそびを楽しみます。
(雨天時：室内で水あそび)



●親子遊びの広場「身体測定(2回目)」

- ・とき・ところ
【0歳児】7月15日(水) 10:00～11:10
駅前交流プラザ「よろーな」
 - 【その他】7月14日(火) 10:00～11:10
市民文化センター
 - ・内 容 身長・体重を測って手形をとります。
- ※事前申し込み不要。

●親子遊びの広場「人形劇鑑賞」

- ・と き 7月21日(火) 10:30～11:10
- ・ところ 市民文化センター
- ・内 容 名寄市立大学短期大学部
の今野道裕先生が楽しい
人形劇を見せてくれます。

※事前申し込み不要。



ストーマの会

ストーマについて、日常生活の工夫やケアの方法などなかなか聞けない疑問はありませんか？困りごとや体験談などをおしゃべりする会です。
皮膚・排泄ケア看護師や社会福祉士も参加します。

- と き 7月3日(金) 13:30～15:00
- ところ 市立総合病院2階和室
- 対 象 人工肛門や人工膀胱を造設した方または
その家族、ケアに関わる方
- 申し込み・問い合わせ
市立総合病院地域医療連携室 ☎01654③3101(代)

共同参画社会の実現をめざして

名寄市男女共同参画推進条例(仮称)の制定にむけて③

5月28日(木)に名寄市男女共同参画推進委員会を開催し、男女共同参画推進条例(仮称)の前文等の検討を行いました。

前文については、市民憲章を盛り込むなど、市民にとって身近に考えてもらえる前文になるよう検討し、委員会としての案がまとまりました。そのほか、見直し規定についての提案を受け、規定を追加すべきかの検討を行い、条

例の名称についても話し合いが進みました。次回、委員会としての原案をまとめ、来年度からの条例施行に向けて進めていきます。

▼推進委員会のようす



問い合わせ

企画課男女共同参画担当(名寄庁舎3階)

☎01654③2111(内線3305) FAX 01654②5644

✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

この宝くじの収益金は市町村の明るく
住みよいまちづくりに使われます

発売期間 7月8日(水)~31日(金)
抽せん日 8月11日(火)

天塩川だより

士別市

第38回岩尾内湖水まつり

- ・とき 7月19日(日) 10:00
- ・ところ 岩尾内神社山公園湖畔
(士別市朝日町岩尾内)
- ・問い合わせ 士別天塩川源流まつり実行委員会
☎0165-29-2225(士別観光協会)

自然豊かな湖畔
から水面に映る
花火を眺めよう

和寒町

わっさむ開村100周年記念

第13回どんとこい! わっさむ夏まつり

- ・とき 7月26日(日)
- ・ところ ふれあいのもり(和寒町字三笠)
- ・問い合わせ 和寒町観光協会 ☎0165-32-2341

カブトムシ王国、流しそうめん
など楽しさあふれる1日です

剣淵町

けんぶち桜岡湖水まつり

- ・とき 8月2日(日) 10:00
- ・ところ 桜岡公園(剣淵町東町)
- ・問い合わせ 剣淵町観光協会 ☎0165-34-3848

桜岡湖畔を会場に行われる
剣淵を代表するイベント

定住自立圏の構成市町村の
イベントを紹介します



幌加内町

もうすぐ深名線廃止20年!!! おかえり沼牛駅

- ・とき 7月18日(土) 9:00~15:00
- ・ところ 幌加内町字下幌加内
- ・問い合わせ 幌加内町役場 ☎0165-35-2121

駅舎を1日開放。
写真展など

第33回朱鞠内湖水祭

- ・とき 8月1日(土) 16:00~20:30
- ・ところ 幌加内町字朱鞠内
- ・問い合わせ 幌加内町観光協会 ☎0165-35-2380

西興部村

木夢カルチャーナイト2015

- ・とき 7月17日(金) 17:00~21:00
- ・ところ 森の美術館木夢(西興部村字西興部276)
- ・問い合わせ 森の美術館木夢 ☎0158-87-2600

氷のトンネル1日開放

- ・とき 7月26日(日) 10:00~14:00
- ・ところ ウエンシリキャンプ場(西興部村字上藻)
- ・問い合わせ 西興部村商工会青年部
☎0158-87-2974

キャンプ場から
シャトルバス
が出ます

もっと！ もち米プロジェクト

※
3

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。

毎月10日は
「名寄もち米の日」

問い合わせ

名寄市食のモデル地域実行協議会

☎ 01655③2511

(内線311)

ホームページ

<http://nayoro-mochigome.com/>



もち米サポーター養成塾 2回目は田植え！

名寄市のもち米についてもっと皆さまに知ってもらうために今年4月から「もち米サポーター養成塾」を開催しています。第2回目は5月23日(土)に行われ、青空塾として田植え体験をしました。

たくさんの作業
頑張りました！

苗剥がし

ハウスで苗を地面から剥がす作業「苗剥がし」。ポットで育った苗をポットごとベリッと床土から剥がしオリに入れ、普段なかなか見られない作業を体験。



田植え機に乗りました
塾長の指導のもと、田植
機の運転を体験。真っす
ぐ進んで植えるのはとて
も難しい！

田植えのあとは
ポットの片づけを
しました。細かい
作業がたくさんあ
ります。



塾生・富岡由起子さん(下川町)の感想

第1回目のもみまき見学と今回の田植え体験を通じ、以前と比べ機械化が進んでいることに大変驚きました。しかし、進歩しているとはいえ、苗運びやオリ洗いなどの人出が必要な作業やハウス内の温度管理など、非常に多くの作業があり大変な重労働だと感じました。「米」という漢字は分解すると「八十八」となり、実るまでに八十八の手間がかかることが由来と言われているのですが、その意味を実感しました。

次回は
9月26日(土)

※稲刈りを予定
しています！

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③

商品名 純米本みりん 美凜 / 販売者 川石本家酒類合資会社



川石本家酒類合資会社は1863年に創業し、手造りの技法を伝承し続けています。昨年から名寄市のもち米を使った本みりんの製造が始まりました。ラベルは名寄市の女性職員が考案し、平成26年8月31日に開催した産業まつりのオープニングでお披露目を行いました。現在、昨年秋に収穫されたもち米を仕込み中。夏に完成する予定です！

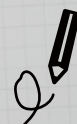
仕込みのようす▶



商品メモ

本みりんは、戦国時代(16世紀)頃、甘い飲用酒類として女性や下戸(お酒が苦手な人)に飲まれていたと言われています。その由来もあり、多くの女性にこのみりんを味わってほしいという思いから、商品名を「美凜」としました。

※飲むだけではなく、もちろん料理にも使用できます。



5/20(水)
交通安全運動 旗の波啓発運動



「春の交通安全運動」最終日に、国道40号沿いで実施。交通安全運動推進委員会加入団体や各町内会など250人が安全旗を持ちながら安全運転を呼びかけました。

5/19(火)
E N-RAY ホールの見学会



オープン後初めて市民向けに見学会を開催。施設の担当職員から説明を受けながらホールや普段は入ることのない楽屋やステージなどをまわりました。

5/25(月)
名寄南小4年生が田植え



同校の4年生42人が曙地区の永井健一さんの協力により、田植えを体験。子どもたちは泥の感触に驚きながらも楽しそうに「風の子もち」の苗を植えました。

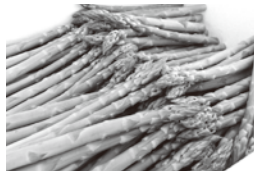
5/26(火)
町内会連合会が優良連合組織表彰を受賞



名寄市町内会連合会が市民まちづくり運動や安全・安心な町内会活動などの推進の継続が認められ、この日、札幌市で北海道町内会連合会から表彰されました。

5/31(日)
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～

駅前交流プラザ「よろーな」で開催されました。会場には、アスパラの販売のほか、アスパラグルメや近隣のご当地グルメが勢揃い。また、今年はアスパラつま放題も行われ賑わっていました。ステージイベントでは、お笑い芸人のアフ＆ヨッシーの司会のもと、市内の団体などの演舞・演奏発表、近隣市町村のゆるキャラが登場のほか、スペシャルお笑いライブにはコウメ太夫、松本クラブらがネタを披露し多くの人々を楽しませました。



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

6/3(水)～5(金) 杉並で名産アスパラを販売



東京都杉並区役所で「なよろアスパラまつり」が開催されました。アスパラは3日間ともお屋ごろには完売。また、ソフト大福など地元の特産品も販売され、賑わっていました。

6/5(金)～8(月) ポラリス2が杉並で活躍！



市立天文台の移動天文車「ポラリス2」がこの期間に東京都杉並区へ訪れ、小学校での授業や天体観望会を行い、多くの区民に星などを見てもらいました。

6/5(金) 北の星座音楽祭

「札幌交響楽団・小山実稚恵 特別演奏会」

市民文化センターEN-RAYホール開館記念として開催。また、市民の寄附で購入されたスタインウェイ・ピアノの初お披露目も兼ね、垣内悠希さんの指揮のもと、札幌交響楽団と日本を代表するピアニスト小山実稚恵さん、特別出演でホルン奏者のアレクセイ・カメシュさんが出演。素晴らしい演奏に多くの観客が魅了されました。会場のロビーには特設カフェが設置され、市内団体や下川町、美深町からも出店があったほか、北の星座音楽祭のあゆみを振り返る写真展や「美凜」の試飲も行われ、多くの人が楽しんでいました。



6/7(日) 豊西小・東風連小 最後の運動会



来年(平成28年)3月に閉校をむかえる豊西小学校と東風連小学校の閉校記念運動会がそれぞれの学校のグラウンドで行われました。どちらも学校に関わる競技や保護者や地域住民、卒業生などが楽しめるような競技が行われ、最後の運動会として思い出に残る運動会となりました。



夜間納税窓口

- ▼と き 7月27日(月)
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。

- ▼ゆずります
- ①本棚(ガラス扉、引出付き)
 - ②エレクトーン
 - ③子ども用グローブ
 - ④ミシン(足踏み式)
 - ⑤ベッド・マットレス
(シングル、木製、引出付き)
 - ⑥机(大人用、引出付き)
 - ⑦洗濯機(2槽式)
 - ⑧ブリタニカ百科事典
(初版、全巻)
- ▼ゆずってください
- ①冷蔵庫(冷凍機能付き)
 - ②ストーブ
(煙突式、床暖房機能付き)
 - ③ストーブ(ポータブル)
 - ④じゅうたん(8畳)
 - ⑤ランドセル

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
7月1日(水)～29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・問 企画課秘書係
名 3階(内線3304)

認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、地域で認知症の方や家族を温かく見守る応援者です。

次のとおり「認知症サポーター養成講座」を開催します。ぜひ参加ください。

※認知症サポーター養成講座は「なよろ健康マイレージ」対象事業です。

※風連地区は平成28年2月に開催を予定しています。

▼と き 7月29日(水) 13時30分～15時

▼ところ 駅前交流プラザ「よーな」1大会議室

▼持ち物 筆記用具

※教材は当日配付します。

申・問

地域包括支援センター
名 2階(内線3264)

名寄市防災訓練・天塩川上流水防研修会を開催します

【名寄市防災訓練】
天塩川と名寄川の同時決壊を想定した防災訓練を行います。

なお、緊急速報メールを理解し、体験していただくことを目的に、実際にメールを配信します。

▼と き 7月23日(木) 8時30分～10時

▼ところ 市役所名寄庁舎など

▼内 容

▽情報伝達訓練

①緊急速報メールテスト配信

※8時30分～45分の間に配信します。緊急速報メール受信機能がある携帯電話やスマートフォンを持ち、配信時に市内に居る方は受信の確認をお願いします。

※受信設定方法は、携帯電話の取扱説明書をお読みいただくか、最寄りの各携帯電話

話ショップに問い合わせください。

②緊急告知ラジオ起動

▽避難訓練

③指定地区での避難・救助訓練

【天塩川上流水防研修会】

▼と き 7月23日(木)

▼ところ 市民文化センター

▼内 容

▽第1部 10時～12時30分

①防災講話

②災害図上訓練(D_{レイ}G)

▽第2部 13時～15時30分

③災害体験プログラム

※降雨体験、地下浸水体験、ロープワーク体験など

▼申込方法 参加を希望する方または町内会は、事前に申し込みください。

※参加人数の制限があります。

申・問

防災・法制・訟務担当
名 3階(内線3327)

消費生活センター通信 消費生活セミナーのご案内

不動産をめぐる相続

～そのときに備えて 知っておきたいポイント～

近年、大切な家族が亡くなった後に、不動産をめぐる多くの相続トラブルがおきています。相続の仕組みを知ること、将来に備えてトラブルにならないための準備や対策をとることが大切です。

ぜひこの機会に、自分のため、残された家族のためにできることを考えてみませんか。

■と き 7月25日(土)

13:30～15:00

■ところ 駅前交流プラザ「よーな」

1階大会議室

■講 師 弁護士 諏訪 裕滋 氏

(諏訪・高橋法律事務所)

■参加費 無料 ※直接会場へお越しください。



【問い合わせ】 消費生活センター ☎ 01654②3575

川遊びの事故に注意

夏休みも近づき、川での釣りや水遊びなどを楽しむ時期がやってきました。

毎年各地で発生している川での悲しい事故を未然に防ぎ、川遊びを満喫するため、次のことに注意し、危険な行動や状況を十分に理解して、川遊びを楽しんでください。

- ① 川に行く前には、新聞やインターネットなどで天気予報や注意報などを確認する
- ② 雨が降った後や増水しているときは、川に行かない
- ③ 天気が良くても急激な天候の変化により、短時間で水位が上昇することがあるので、川遊び中も天候の変化に十分に気を配る
- ④ 水位が低く流れが穏やかに見えても、急に深くなっている所や流れが速くなっている所など見えない危険が潜んでいるため、見た目に惑わされず、浮き輪やライフジャケットを着用する
- ⑤ 保護者の方は子どもから絶対に目を離さない
- ⑥ 万が一のときには迷わず、すぐに119番通報をする

名寄消防署

☎01654③3319

まちづくり推進事業助成制度を活用しよう

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。

▼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

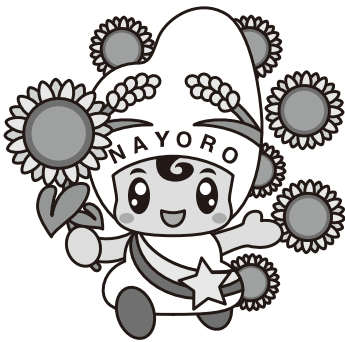
- ① 助成は一つの事業につき1回とします（事業内容によっては継続して助成する場合もあります）
- ② 事業完了後は、成果品、実績報告書と収支決算書を提出してください
- ③ 市から他の補助対象事業になっていないこと
- ④ 同一申請者に対する助成は、

同一年度内に1回とします
▼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
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

申・問

企画課企画調整係
3階（内線3308）



マイナンバー制度の安心・安全の仕組み

問 総務課
名 3階（内線3320）

マイナンバー制度には、個人情報の漏えいや成りすましによる被害、国による個人情報の一元管理といった懸念の声があります。

国では、マイナンバーを安心・安全に利用いただくため、「制度」と「システム」の両方から個人情報を保護するための措置を講じています。

マイナンバー制度に対する懸念

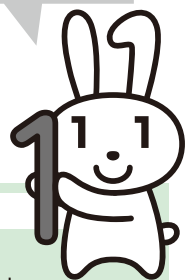
- 個人番号を用いた個人情報の追跡や名寄せ、突合が行われ、集積・集約された個人情報が外部に漏えいするのではないか
- 他人の個人番号を用いた成りすましなどの不正利用により財産やその他の被害を負うのではないか
- 国家により個人のさまざまな個人情報が個人番号をキーに名寄せ・突合されて一元管理されるのではないか

制度での保護

- ① 番号法の規定によるものを除き、特定個人情報の収集や保管、特定個人情報ファイルの作成を禁止
- ② 特定個人情報保護委員会による監視や監督
- ③ 特定個人情報保護評価
- ④ 罰則の強化
- ⑤ マイナポータルによる情報提供などの記録の確認

システムでの保護

- ① 個人情報を一元的に管理せずに、分散管理を実施
- ② 個人番号を直接用いず、符号を用いた情報連携を実施
- ③ アクセス制御により、アクセスできる人の制限や管理を実施
- ④ 通信の暗号化を実施



各種手当について

【児童手当】

▼対象 0歳～15歳（中学校修了前）の子どもを養育している方

▼手当額（月額）

年齢区分	第1子	第2子	第3子
3歳未満	1万5,000円		
3歳以上 小学校修了前	1万円	1万円	1万5,000円
中学生	1万円		
特例給付※1	5,000円		

※1 受給者の所得が所得制限限度額を超えていて中学生までの子どもを養育している場合

※公務員の方は職場で手続きをしてください。

【児童扶養手当】

▼対象 父または母が離婚した家庭など（ひとり親家庭）で、18歳に到達した最初の3月31日までの子どもを養育している父または母など

▼手当額（月額）

▽第1子 99,100円
4万2,000円

※所得により手当額が変動します。

▽第2子 50,000円加算
▽第3子以降30,000円加算

【特別児童扶養手当】

▼対象 心身に障がいのある20歳未満の子どもを養育している父母または養育者

▼手当額（月額）

▽1級 5万1,100円
▽2級 3万4,030円

※いずれの手当も支給条件があります。詳しくは問い合わせてください。

申・問

子ども未来課子育て支援係
2階（内線3241）

医療費受給者証の更新

【乳幼児・ひとり親・重度障がい】

▼対象 乳幼児・ひとり親家庭・重度障がいなどの医療費受給者証の交付を受けている方で、有効期限が平成27年7月31日の方

▼更新手続き 公簿などにより受給資格要件を確認し、認められた方には、市より更新後の受給者証を7月下旬に送付します。

乳幼児・ひとり親医療について

子ども未来課子育て支援係

2階（内線3241）

重度障がい医療について

社会福祉課障がい福祉係

2階（内線3226）

給付金・応援券の交付申請を受付中です

【子育て世帯臨時特例給付金】

▼対象

①平成27年6月分の児童手当の受給者
②平成27年5月31日時点で名寄市に住民票のある方

※特例給付（児童手当所得制限限度額を超える方）を除く。

▼給付額 中学生以下の子ども1人あたり30,000円

▼受付期限 11月30日（月）

▼申請方法 市から送付されている児童手当現況届に併記の申請書に必要事項を記入し申請窓口提出してください。

※公務員の方は職場から配布されている申請書で手続きをしてください。

【多子世帯向け「なよろ ひまわり子育て応援券」】

▼対象

①平成9年4月2日以降に生まれた子どもから数えて第3子以降の子ども

②平成27年5月31日時点で名寄市に住民票のある子ども

※平成27年12月25日までに出生により申請のあった第3子以降の子どもを含む。

▼給付品 保護者に対象1人あたり1万円分の商品券

▼受付期限 12月25日（金）

【共通】

▼申請窓口

①名2階

（子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

子ども未来課子育て支援係

2階（内線3241）

医療費助成制度

▼重度心身障がい者医療費助成制度の該当要件

①身体障害者手帳1・2級および3級の内部障がい（心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫・肝臓機能障がい）をお持ちの方

②知的障がいがあり、療育手帳Aまたは重度と判定された方

③精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方

※65歳～74歳の方は、後期高齢者医療制度に加入していることが条件です。

社会福祉課障がい福祉係

2階（内線3226）

国勢調査2015

平成27年国勢調査の「ビッグチャレンジ」

オンライン回答の推進

平成27年国勢調査では、情報通信技術の進展を踏まえ、正確で効率的な統計の作成や国民の負担軽減・利便性の向上を図るため、初めて全世帯対象のオンライン調査を実施します。

皆さんの回答は地方交付税の算定基準や福祉政策など、さまざまな施策の実施の基になります。

住みよいまちづくりのために、ご協力よろしくお願いします。

問 企画課企画調整係 名3階（内線3305）

総務省統計局・北海道・名寄市

広報なよろ第112号 | 26

「年金情報流出」を口実にした詐欺に注意

年金情報流出を口実にした「振り込め詐欺」や「個人情報情報の詐取」などに注意ください。

自宅や職場などに日本年金機構や機構の職員などを名乗る電話がかかってくるたら、迷わずに問い合わせ先まで電話してください。

①日本年金機構や年金事務所からお客さまに電話することはありません

②日本年金機構からお客さまにお金を要求することは一切ありません

③日本年金機構がお客さまにATMの操作をお願いすることは一切ありません

④お客さまの個人情報(家族構成など)を確認することはありません



問

日本年金機構コールセンター

(8時30分～21時)

☎0120(818)211

警察相談専用電話

☎9110

「名寄日台親善協会」会員募集と設立総会のお知らせ

平成27年6月に名寄日台親善協会を設立すべく、官民連携による名寄日台親善協会準備会を立ち上げました。



準備会では、文化・教育・経済など、幅広い分野における双方の人的・物的交流を促進し、民間レベルでの友好親善や相互理解を深めるため、名寄日台親善協会「設立総会」および「設立を祝う祝賀会」を開催します。

また、協会設立に賛同いただき、会員として協力をいただける市民の皆さま(個人・法人・団体)の参加を募集します。

▼とき 7月17日(金)

▽設立総会 16時

▽祝賀会 17時30分

▼ところ グランドホテル藤花(西5南4)

▼会費

▽協会加入 年額3000円

※個人・法人・団体を問わず。

▽祝賀会

1人あたり
4000円

▼申込期限 7月14日(火)
※会員は随時募集しています。

申・問

名寄日台親善協会準備会

事務局(営業戦略課内)

名 3階(内線3344)

電光掲示板の掲載情報を募集します

市内徳田地区の国道40号沿いに観光やスポーツ大会参加などで市を訪れる方々を温かく迎えるため、電光掲示板を設置しています。

市民の皆さまから、電光掲示板に掲載するイベント情報などを募集します。

希望される方はご連絡ください。

申・問

営業戦略課

名 3階(内線3345・3348)



家屋を解体したときは届け出が必要です

毎年1月1日に存在する家屋(車庫や物置などを含む)には固定資産税が課税されます。

家屋または家屋の一部を年内に取り壊した場合は、翌年度から課税されないの、速やかに届け出をしてください。

また、住宅が建っている土地は、課税特例が適用され固定資産税が減額されています。そのため、住宅を取り壊すと、課税特例の適用外となり、税額が変わる場合があります。

さらに、住宅用地をほかの用地に変更した場合も届け出が必要です。

※登記家屋の届け出は、事前に法務局(要電話予約)または最寄りの土地家屋調査士に相談ください。

未登記家屋について

届出先・問

税務課資産税係

名 2階(内線3204・3205・3209)

地域住民課総務・税務係

1階(内線123・125)

登記家屋について

届出先・問

旭川地方法務局名寄支局

(西1南11)

☎01654②2349

名寄ふるさと大使を募集します

市では名寄を応援し、さまざまな人に広く名寄を売り込んでいただける「名寄ふるさと大使」を募集します。

市在住者で、名寄の魅力や情報を積極的に発信し、名寄の好感度や知名度向上に一役買いたいという思いをお持ちの方はご連絡ください。

※任期は、委嘱の日から2年間です。

申・問

営業戦略課

名 3階(内線3343・3345)

協会けんぽ北海道支部からのお知らせ

北海道は全国的に喫煙率の高い地域で、男性は全国3位、女性では全国1位です。

協会けんぽ北海道支部では、禁煙対策で加入者の健康を守る取り組みを行っています。

また、道支部ホームページで、禁煙啓発動画や禁煙講座の案内を行っています。

HP <http://www.kyokaikenpo.or.jp/shu/hokkaido>

問 全国健康保険協会

北海道支部

☎011(726)0352

名寄市青少年表彰該当者の推薦をお願いします

▼表彰対象 市内に在住する青少年（義務教育を修了したおおよそ20代まで）の方で、これらが主として組織する団体、または個人で次のいずれかに該当する場合。

- ① 青少年団体として、構成が堅実で、運営が優れ、活動内容が青少年の健全育成に寄与し、将来に期待できる
- ② 青少年団体の構成員として団体活動に寄与し、青少年健全育成に多大な功績が認められる
- ③ 社会奉仕等に尽力し、その功績が認められる方
- ④ 学校生活、家庭生活において、他の模範となる行いをした



▼推薦方法 青少年センターにある推薦書に必要事項を記入し、提出してください。

▼推薦期限 8月31日(月)

申・問

青少年センター
(児童センター内)
01654③3465

天塩川 クリーンアップ大作戦

天塩川の美しい流れを次世代へ継ぐため、清掃活動に取り組みませんか。

▼とき

7月5日(日)
9時(集合)8時45分



※小雨決行

▼ところ 曙橋（天塩川緑地右岸ソフトボール場駐車場）

▼持ち物など ゴミ拾いのできる服装（長靴、軍手、タオル持参）

問 都市整備課管理係
2階(内線210・214)

「蜂の巣」駆除

7月頃から蜂の活動が活発的になります。

知らないうちに蜂の巣ができている場合があるので、庭木の手入れや散歩のときには十分注意してください。

【自宅敷地内の蜂の巣駆除】
蜂の巣駆除委託業者
(株)カンリ

01655③4113

▼駆除期間 7月～9月

※自宅敷地外や駆除期間外は、問い合わせ先に連絡ください。

問 環境生活課環境・生活安全係
1階(内線3122)

空き地の草刈りを忘れずに

私有の空き地で、雑草や樹木が繁茂したまま放置すると、近隣住民などの生活環境や景観を著しく損ないます。

害虫発生防止など衛生管理のためにも、土地所有者は定期的に草刈りを実施するなど、適正な管理をお願いします。

問 環境生活課環境・生活安全係
1階(内線3126)

北海道「苦情審査委員会」

道が行った業務や制度の内容を、皆さまに代わり苦情審査委員会が中立的な立場で調査・審査し、問題があるときは、道に是正や改善を求めます。

道の業務や制度で皆さまの利害にかかわる苦情があれば、申し立てください。

▼申立方法 道ホームページから「苦情申立書」をダウンロードし、必要事項を記載のうえ、メール、FAXまたは郵送で申し立てください。

HP <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/dsc/kuiyou.htm>

問 道政相談センター
(札幌市中央区北3西6)

011(204)5523

FAX 011(241)8181
kuiyou.koueki@pref.hokkaido.lg.jp

自衛官等の募集

種 目	応募資格	受付期間	試験日
①一般曹候補生	平成28年4月1日現在18歳以上27歳未満	8月1日(土)～9月8日(火)	9月18日(金)・19日(土) ※指定のいずれか1日
②自衛官候補生(男子)	採用予定月の1日現在18歳以上27歳未満	年間を通じ受け付け	7月17日(金)・18日(土) ※試験会場は旭川駐屯地
③自衛官候補生(女子)	採用予定月の1日現在18歳以上27歳未満	8月1日(土)～9月8日(火)	9月25日(金) ※試験会場は名寄駐屯地
④航空学生	平成28年4月1日現在高卒(見込み含む)で21歳未満	8月1日(土)～9月8日(火)	9月23日(水) ※試験会場は旭川駐屯地

申・問

自衛隊旭川地方協力本部
名寄出張所(西1南9)
01654②3921

市長の資産を公開します

「政治倫理の確立のための名寄市長の資産等の公開に関する条例」および「名寄市長の資産等の公開に関する規則」に基づき、市長の資産を公開します。

今回の公開は、平成26年に変更のあった資産等、平成26年分所得等および平成27年4月1日現在の関連会社等です。市民は、資産等補充報告書、所得等報告書および関連会社等報告書を閲覧できます。

市長の資産等（平成26年分）

▼資産等（変更分のみ掲載）	
借入金	1,779万3,319円
▼所得等	
利子所得	78万4,000円
給与所得	1,071万5,773円
▼関連会社等	
法人の名称	(有)ケイ・ティ・パイオニア
法人の住所	名寄市西4条南4丁目
役職名	取締役

問 総務課総務係
3階(内線3329)

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配布の担当をしています。

配布は、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を行っています。

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)
 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 7月5日(日) 11:00～
8月2日(日) 11:00～
※事前予約が必要です。
- ④行政相談
とき 7月9日(木) 13:00～16:00
8月13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「よろーな」2階
① ☎01654②3575
②～⑤ ☎01654③2111(内線3616)

▼年金事務相談
とき 7月14日(火) 10:30～16:00
ところ 名寄商工会議所(駅前交流プラザ「よろーな」2階)

※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)
☎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

申・問

旭川地方・家庭裁判所
名寄支部庶務課
☎01654③3331



▼参加費 無料
▼内容 模擬裁判、裁判官へ見学、クイズ大会、裁判官への質問タイム

※小学生以下は親子で参加してください。
▼参加費 5000～3000円(材料・保険料)

▽小学生～中学生向け 箸置き、手形粘土、電子工作、ミニネット生地の小物の製作
▽小学生～一般向け チーズの製作
▽中学生～一般向け ミニゴミステーション、表札、カトラリー、ワイヤーポーチの製作

裁判所ってどんなところ？みんなで体験！
旭川地方・家庭裁判所では、夏休み子ども企画「裁判所ってどんなところ？みんなで体験！」を開催します。

旭川地方・家庭裁判所では、夏休み子ども企画「裁判所ってどんなところ？みんなで体験！」を開催します。

▼とき 8月3日(月) 13時15分～16時5分

▼ところ 旭川地方・家庭裁判所名寄支部(西4南9)

▼対象 小学5・6年生

▼定員 先着20人

▼内容 模擬裁判、裁判官へ見学、クイズ大会、裁判官への質問タイム

▼参加費 無料

親子ものづくり教室

▼とき 7月25日(土) 9時

※受付8時30分

▼ところ 名寄産業高校光凌キャンパス

▼対象 市内在住の小学生親子、中学生、市民

▼体験教室

▽小学生以下向け パン、木の絵本の製作

▽小学生～中学生向け 箸置き、手形粘土、電子工作、ミニネット生地の小物の製作

▽小学生～一般向け チーズの製作

▽中学生～一般向け ミニゴミステーション、表札、カトラリー、ワイヤーポーチの製作

※小学生以下は親子で参加してください。

▼参加費 5000～3000円(材料・保険料)

▽小学生～中学生向け 箸置き、手形粘土、電子工作、ミニネット生地の小物の製作

▽小学生～一般向け チーズの製作

▽中学生～一般向け ミニゴミステーション、表札、カトラリー、ワイヤーポーチの製作

※小学生以下は親子で参加してください。

▼参加費 5000～3000円(材料・保険料)

▽小学生～中学生向け 箸置き、手形粘土、電子工作、ミニネット生地の小物の製作

▽小学生～一般向け チーズの製作

申・問

名寄産業高校

光凌キャンパス(西5北5)

☎01654②3066

FAX 01654③4872

「北の児童作品展」作品募集

9月12日(土)・13日(日)に行われる第27回「MOA美術館北の児童作品展」に出展する作品を募集しています。

▼対象 小学生

▼募集内容

①テーマは自由
②未発表の個人作品に限る

③応募は1人につき各部門1点まで

▼書写の部(毛筆)応募規格

▽用紙 半紙

▽字数 制限なし

▼絵画の部(版画を含む)

▽用紙 四つ切りまたはB3版以下

※厚紙不可

▽表現材料 水彩絵の具・パステル・クレヨン・カラーペン・色紙など

▼応募方法 8月24日(月)までに問い合わせ先に連絡ください。担当が作品を受け取りに伺います。

MOA美術館
北の児童作品展実行委員会
(智恵文7線北2
MOA小泉)

☎01654⑧2722

FAX 01654⑧2810

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

○岡田 英治

▼EN・RAYホールのために

○ゼロクラブ

▼旭川地方道新会

(加藤 祐一代表)

▼社会貢献のために

○北海舗道株式会社

(高木 常芳代表取締役)

▼名寄市のために

福祉のために

○安西 政一

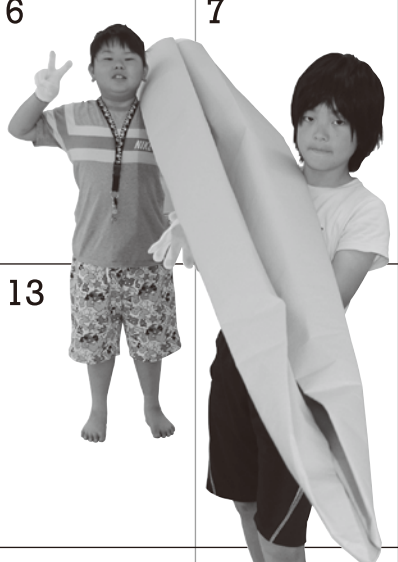
▼市立図書館の児童図書充実のために

(ソロプチミスト児童文庫)

○国際ソロプチミスト名寄

(藤田 邦子会長)

市民カレンダー 7月 July

日	月	火	水	木	金	土
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 7/9(木)、23(木) 要予約 ① 9:00～12:00 ② 13:00～16:00 ③ 18:00～21:00 詳しくは お問い合わせください ■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		1 ・中名寄小開校記念日 ・青空保育(智恵文保育所) 10:00～11:30	2 ・運転免許更新時講習会 初回 14:00 一般 17:30	3 ・北国風景画同好会 「風花」作品展 (19日まで)	4 ・七夕会 13:30 ・本の読み聞かせ 13:30 ・七夕講演会 スペシャルデー 14:50～21:20
5 ・第14回天塩川クリーンアップ大作戦 9:00 ・ふれあい広場 2015なよろ 10:00～15:00 ・無料法律相談 11:00 ・紅花杯ソフトバレーボール大会	6 7 		8 ・青空保育(浅江島公園) 10:00～11:30	9 ・運転免許更新時講習会 優良 18:00 違反 19:00 ・教育相談センター 夜間相談 17:45～20:45 有森裕子なよろ ひまわりリレーラン 申し込み締切日	10 ・智恵文小開校記念日 ・平和音楽大行進 (開会式:名寄小) 13:30 ・名寄高等学校祭 (12日まで)	11 ・本の読み聞かせ 13:30 ・山下洋輔ジャズコンサート in NAYORO 18:30
12 ・第32回北海道ジュニアバドミントン選手権大会 名寄地区予選会	13 	15 ・青空保育(浅江島公園) 10:00～11:30	16 ・運転免許更新時講習会 優良 13:00 一般 14:00	17 ・名寄市立大学祭 (19日まで)	18 ・産業高等学校祭 (19日まで) ・本の読み聞かせ・工作 13:30 ・北の星座音楽祭 「吉野直子リサイタル」 14:00 ・はやぶさ講演会 19:00～19:50	19 ・第32回北海道ジュニアバドミントン選手権大会 名寄地区予選会
19	20 海の日	21 かみかわ「まるごと食べに」よろーなフェスタ ～なよろアスバラまつり～	22	23 ・教育相談センター 夜間相談 17:45～20:45	24 ・小中学校 1 学期終業式	25 ・小中学校夏休み 小学: 8月19日まで 中学: 8月17日まで ・ふるさとフェスティバル inサンピラーパーク 9:30～14:00 ・本の読み聞かせ 13:30 ・きたすばる 星と音楽の集い 14:30～24:00
26 ・サンピラー国体記念 第13回サマーチャンピオン大会 9:00～13:00 ・岡崎杯卓球大会 (オープン杯)	27 ・夜間納税窓口 (名寄庁舎2階税務課) 17:30～19:30	28	29 ・名寄地区中学校 バドミントンジュニア キャンプ (30日まで)	30	31 ・「広報なよろ」 8月号配布予定日	平和首長会議 

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



ひとのうごき

平成27年5月末日現在

- 人口 28,754人 (-47)
- 世帯数 14,351世帯 (-19)
- 男 13,983人 (-21)
- 女 14,771人 (-26)
- 外国人住民登録者 133人 (-13) ※ () は前月末比



Air TESSHI

で市からのお知らせ放送中

市からのお知らせ、イベント情報などを紹介しています。

放送 毎週月～金曜日

① 8:10～ ② 12:30～ ③ 17:10～

※災害時には防災・緊急情報をお知らせします。

広報なよろ 平成27年7月1日発行 第112号

■発行/名寄市 ■編集/総務部企画課広報推進係
 ■印刷/株式会社北方印刷所

名寄市役所

開庁時間 8:45～17:30 ☎01654③2111

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

✉ nayoro@city.nayoro.lg.jp

■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

