

NAYORO

Public Relation

広報なよろ

1

January 2016
No. 118

年頭のごあいさつ

2-3ページ

名寄市職員を募集します

6ページ

ぼくの夢わたしの夢

4-5ページ



東保育所もちつき
(12月4日撮影)

名寄市



f
名寄市公式
acebook

年頭のごあいさつ

あけまして

おめでとうござります



2015トピックス



年頭

ごあいさつ

昨年を振り返ると、名寄市にとって比較的穏やかな気候に恵まれた1年でした。基幹産業である農業は全般的に作柄も良く、特に畑作は近年にないほどの豊作でした。日本全国をみると甚大な自然災害も起ころっている中で、自然の恵みに感謝しつつ、いざというときのあらゆる備えをしっかりと整えていくことがの重要性を感じます。

市民の数十年来の夢であった市民文化センター大ホール「EN - RAY」が昨年5月に開館しました。

歴代の市長が構想された本事業に、完成の際に携わることができたことは私にとって大きな誇りであり、先人のご労苦に感謝の気持ちでいっぱいです。市民文化センターとの相乗効果も非常に大きく、市民と

地域に新たな躍动感が生まれつつあります。

6月

5月

4月

3月

2月

1月

開催

- ◆ EN - RAYホール（市民文化センター西館）がオープン
- ◆ 豊西小・東風連小最後の運動会
- ◆ SLS排雪列車キマロキの保存展示40年を記念した「キマロキまつり」

- ◆ 「2015北海道ジニアカーリング名寄合宿」実施
- ◆ 名寄市スキー・パトロール赤十字奉仕団が2014年度ホワイトマスターに選ばれる
- ◆ 夏井岩男氏が紫白綬有功章を受章
- ◆ 名寄市副市長佐々木雅之氏が退任
- ◆ 橋本正道氏が名寄市副市長に就任
- ◆ 名寄市議会議員選挙で18人の候補者が無投票で当選（うち5人が新人）
- ◆ 「なよろ健康マイレージ」スタート
- ◆ EN - RAYホール（市民文化センター西館）がオープン
- ◆ 名寄市立大学の新図書館建築工事スタート（平成29年4月オープン予定）

表紙

- 1 表紙
- 2 もくじ
- 3 年頭のごあいさつ
- 4 2015トピックス
- 5 ぼくの夢わたしの夢
- 6 名寄市職員を募集します
- 7 輝け！新春なよろもちつき大会
- 8 フォトでお知らせ - 広報版 -
- 9 こども未来課からのお知らせ
- 10 11 名寄市立大学の窓から
- 12 ～知への誘い～
- 13 サークル紹介
- 14 健康ガイド
- 15 もっと！もち米プロジェクト
- 16 男女共同参画社会の実現をめざして天塩川だより
- 17 EN - RAYホールイベント情報消費生活センター通信
- 18 マイナンバーの記載が必要になります
- 19 21 施設のお知らせ
- 22 25 暮らしのお知らせ
- 26 裏表紙

一昨年ヘリポートを設置した名寄市立総合病院が、旭川以北で初、日本最北となる救命救急センターの設置が認められ、昨年8月に運用を開始しました。亡き久保田宏先生、佐古和廣前院長、そして和泉裕一院長、歴代の関係者の念願がかないました。このことは、病院機能の充実強化につながる大きな実績であり、地域の安心安全の要として、さらに地域から信頼される病院となります。

さて、本年は名寄市にとって大事な1年です。名寄市立大学が開学10年の節目を迎え、4月には「社会保育学科」新設と「保健福祉学部」再編、さらには「コミュニケーションケア教育研究センター」の新設を行います。学生はもちろん、地域の人を育み、ケアを拓く。大学のさらなる進化と地域の発展につながる重要な一步となります。

そして、何と言つても本年3月に風連と名寄が合併して10年目を迎えます。期待と不安、さまざまな思いが交錯する中で大きな決断をし、それぞれの地域の歴史と文化を尊重しながら、夢と希望を持つて新名寄市の市政を推進された先人たちに敬意を表します。新たな10年を展望する第2次総合計画の策定の年にあたり、人口減少時代の中にもあっても融和による新たな名寄市の可能性を模索し、市民一人ひとりが自分らしく、そして誇りを持てるまちをみんなでつくりあげましょう。

市民の幸せのために、挑戦する姿勢を忘れずに行動することを誓います。本年が皆さまにとって輝かしい1年となりますよう、心からお祈り申し上げます。

名寄市長
加藤剛士



12月	11月	10月	9月	8月	7月
◆姉妹都市の力ナダ・カワーサレイクス市リンクゼイからエマ・バーンさんとジユリア・ドリューさんが交換留学生として名寄市に滞在	◆元市議会議員の湯畠政春氏が旭日双光章、田畠豊光氏が瑞宝双光章を受章	◆民間レベルでの台湾との親善・相互理解のために「名寄日台親善協会」が設立される	◆名寄市立総合病院サポートクラブが設立される	◆台湾の台北市立天文科学教育館と名寄市立総合病院で地域救命救急センターが運用開始	◆なよる産業まつりで9代目もち大使決定。8代目もち大使が名譽もち大使に就任
◆国勢調査2015を実施	◆「ツール・ド・北海道2015」名寄市を通過	◆なよる親林館を改修し、地域子育て支援センター「ひまわりらんど」がオープン	◆名寄市のまち・ひと・しごと創生総合戦略と人口ビジョンが策定	◆林正博氏が名寄市文化賞（産業部門・林業振興）を受賞	◆名寄市立大学4大開学初の候補者2人による学長選挙

ぼくの夢 わたしの夢

今年の干支は「**申**」

申年生まれの子どもたちに将来の夢や今年の目標などをかたっていただきました。

【50音順】



いしたに はると
風連下多寄小学校 5年 石谷 陽杜くん

ぼくの将来の夢は消防士です。風連町でもごくたまに火災がおきことがあります。ぼくは風連町の火災を0%にしたいと考えています。ぼくは消防士になってそのための提案をしたいと思っています。もしその時火災が発生したら、すぐに現場にかけつけ炎の広がりが大きくなるのを防ぎ火事を最小限に食い止められるような消防士になりたいです。



あさくら そら
名寄西小学校 5年 浅倉 空くん

ぼくの将来の夢は、弁護士になることです。理由は、父さんや母さんがすすめてくれたからです。また、先生方に「話るのが得意だね。」と言われたこともあります。ぼくもやってみたいと思いました。弁護士になるには、いっぱい勉強して高校や大学などにもちゃんと通って、色々な人たちの役に立ちたいです。



おだぎり ともや
風連中央小学校 5年 小田桐 知哉くん

ぼくの夢は、プロ野球選手になることです。野球を続けている間に、だんだん野球が楽しくなり、少しずつ野球もうまくなりました。プロ野球選手になるには、たくさん努力が必要です。言葉にするのは簡単ですが、実行するのには本当に大変です。でも、ぼくは夢をかなえるために、目の前のこと全力で取り組んでいきたいと思います。



いのうえ しんや
豊西小学校 5年 井上 慎也くん

僕の将来の夢は、プロバスケットボール選手になることです。バスケットボール選手になるために、いつもバスケ部のお兄ちゃんに教えてもらしながら頑張っています。プロになれたら、みんなに感動してもらえるような選手になりたいです。そのために、毎日練習にはげみます。



名寄東小学校 5年

さかきばら ふき
榎原 路 さん

私の将来の夢は、栄養士になることです。理由は2つあります。1つ目は、私は食に興味があり、食に関わる仕事がしたいと思うからです。2つ目は、「栄養士」の資格をもつことで料理教室を開く、料理研究家への道など、今後の仕事の選択肢が増えるからです。そのために、今から勉強をがんばります。



名寄南小学校 5年

なかばやし かける
中林 翔 くん

ぼくの夢は、アルペンスキーの選手になることです。ぼくは、2年生の時にスキーを始めました。きっかけは、スキー場でスキーをすべていた時に、スキーのコーチにさそわれたからです。それから、冬になると毎日のようにスキーの練習を積み重ねてきました。将来は、日本代表としてオリンピックに出たいです。



智恵文小学校 5年

こし ふみや
越 史也 くん

ぼくの夢は、お父さんの仕事の農業をつぐことです。お父さんはいつもすごく苦労して仕事をしているけど、野菜を作っている時はとても楽しそうです。しかも野菜が高く売れた時は大喜びしています。ぼくもそのような経験をしてみたいし、お父さんみたいにたくさんのおいしい野菜を育てたいです。なので今からお手伝いをして仕事を覚えます。



中名寄小学校 5年

わしみ ゆうたろう
鷺見 侑太郎くん

ぼくは児童会長なので、今年もみんなをまとめて運動会や学芸会に取り組みたいと思っています。そして、全校遊びなどでみんな仲良くして、いじめのない学校にします。ぼくの将来の夢は、スノーボードの選手になることです。今年の冬は、新しいトリックで2回転ができるようになりたいです。



名寄小学校 5年

むらかみ ゆな
村上 友菜さん

将来の夢は、2つあります。1つ目は、保育士になることです。それは、小さい子の世話をするのが大好きだからです。2つ目は、おじいちゃんがやっているホタルを手伝うことです。人が笑ったり、喜んだりするのが好きだからです。これらの夢をかなえるために、勉強したり、友達の気持ちを考えて行動したりしていきます。



名寄市職員を募集します（市立総合病院）

H27年度採用

1 職種と募集人数

薬剤師 若干名

2 受験資格

昭和44年4月2日以降に生まれ、
薬剤師の免許を有する方

4 応募

■応募方法 受験申込書に所定の事項を記入のうえ、提出してください。

※受験申込書は市立総合病院総務課総務係に請求、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。

■応募期日 隨時受け付け

H28年度採用

1 職種と募集人数

1 薬剤師 若干名
2 精神科リハビリテーション職員 1人

2 受験資格

1 昭和45年4月2日以降に生まれ、
薬剤師の免許を有する方または大
学において薬学の正規の課程を修
了し、平成28年4月までに資格取
得見込みの方
2 昭和45年4月2日以降に生まれ、
保健師または看護師のいずれかの
免許を有する方または平成28年4
月までに免許取得見込みの方

3 試験

■試験内容 論文試験と面接
■日程 別途調整します

市立総合病院 1階会議室
2 1月29日(金) 14時

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

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

応募・問い合わせ

■応募方法 受験申込書に所定の事項を記入のうえ、提出してください。

■応募期日 1 隨時受け付け
2 1月15日(金)

4 応募

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の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)

- ◆とき 1月8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)

がん患者サロン「よりみち茶話会」

市立総合病院では、がんのことを気軽に語り合うサロンを開催します。がん患者さん・そのご家族であればどなたでも参加できます。

- ◆とき 1月28日(木) 13:30~15:00
- ◆ところ 市立総合病院 2階和室
- ◆内容 検査表の読み方
- ◆申し込み・問い合わせ

市立総合病院 地域医療連携室
☎ 0165433101(代)

2016 輝け! 新春なよろもちつき大会

もち米生産日本一!
名寄のもちで新年を♪

無料

とき

1月9日(土) 11:00~

ところ

駅前交流プラザ「よろーな」
(東1南7)

なよろあすば恋 2015
「おもちのきもち」披露!



もちつき大会&
お雑煮提供 (先着 200人まで)

名寄のもち米を使用した
お酒などの試飲コーナー



もち米生産日本一の名寄の「もち」について市民の皆さんとともに新年を祝おうと「もちつき大会」を企画しました。ぜひお越しください!

【主催】名寄もっともち米プロジェクト

【共催】名寄市・道北なよろ農業協同組合

【問い合わせ】名寄市食のモデル地域実行協議会

☎ 01655③2511(内線 311)

スキー大会のお知らせ 1月

第71回北海道スキー選手権 (ノルディック競技)

ジャンプ・コンバインド競技

1月6日(水)

- ◆ジャンプ 競技開始9:00
(ピヤシリシャンツエ)
- ◆クロスカントリー 競技開始13:00
(なよろ健康の森)



クロスカントリー競技

1月16日(土)~18日(月) なよろ健康の森

- ◆16日 クラシカル競技 競技開始10:00
- ◆17日 フリー競技 競技開始10:00
- ◆18日 リレー競技 競技開始10:00

※大会の詳細は名寄地方スキー連盟ホームページをご覧ください。

HP <http://nayoro-ski.net/>

EN-RAY ホールで スノーランタン をつくろう!



by 利雪親雪推進市民委員会

名寄市利雪親雪推進市民委員会は、雪や寒さを活かして、冬の生活をより暮らしやすく、楽しいものにすることを目的に、活動しています。

今年初めての冬を迎える EN-RAYホール(市民文化センター西館)でスノーランタンを作成して、名寄の冬と一緒に楽しめませんか。

※参加希望の方は下記まで申し込みください。

◆申し込み・問い合わせ
企画課企画調整係
(名寄庁舎3階)
☎ 01654③2111(内線3309)



市ホームページでまちの出来事を紹介している「フォトでお知らせ」。広報版はホームページから内容を抜粋して掲載しています。
もちつきシーズン真っ盛り☆つきたてのおもちは最高！

11/23 風連中央小の児童と
風連瑞生大学生が交流



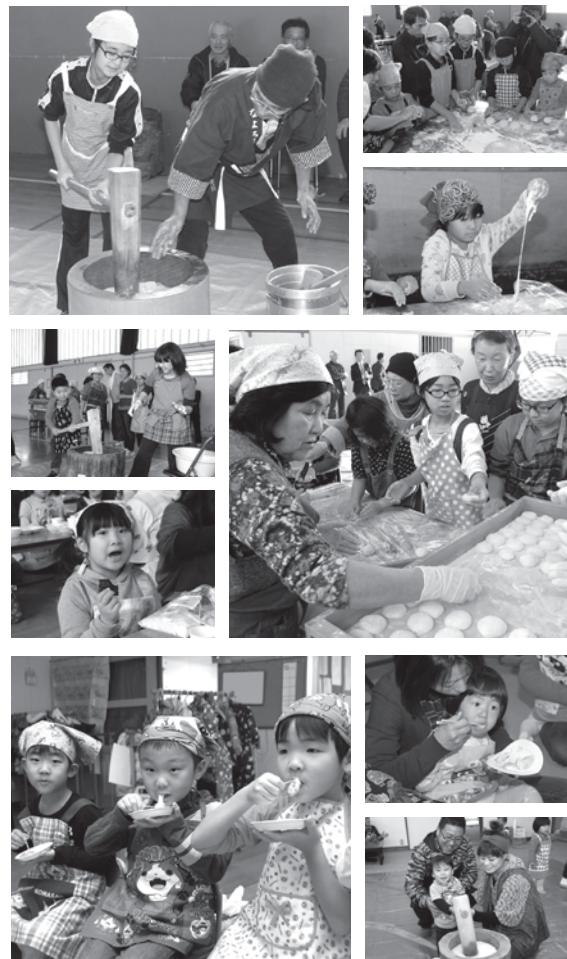
風連中央小学校で毎年行われている風連瑞生大学との交流が行われ、児童たちは学年ごとに分かれメンコやあやとりなどの昔の遊びや、百人一首などを一緒に行いながら交流を深めました。

おじいちゃん、おばあちゃんと楽しく交流♪

PICK
UP

市内各地で
おもちつき開催！

11月から12月にかけて市内の小学校や保育所などあちこちでおもちつき会が開催されました。使用したもち米はもちろん名産！！参加した皆さんには臼と杵を使い、みんなで力を合わせてもちをつき、出来たてのおもちをあんこやきなこ、お雑煮などさまざまな食べ方で味わいました。



11/25 延齢寄席 第1夜



市民文化センターで開催。落語家の熱気感じる空間

獣医から上方落語家に転身した経歴をもつ林家卯三郎さんが出演し、「ふぐ鍋」「親子酒」「蜆売り」の3席を表現豊かに披露。観客はその話術に自然と笑顔がこぼれていきました。

11/29 なよろ食育フォーラム
服部幸應先生特別講演会



小さい頃からの食育の大切さを知る

市民文化センターで、服部栄養専門学校長の服部さんを講師に子どもの食育をテーマにした講演会を開催。またこの日の前日から12月20日(日)まで同会場で「なよろっ子食育展」が行われました。

11/27

青少年健全育成標語表彰式



市役所名寄庁舎で表彰式が行われ、最優秀賞の3人が小野教育長から表彰状を受けとりました。
※今回入賞された作品は、今月号から3月号までにかけて紙面で紹介します。(今月は20ページ)

最優秀賞に3人、優秀賞に11人・1団体が選出

市ホームページでまちの出来事を紹介している「フォトでお知らせ」。広報版はホームページから内容を抜粋して掲載しています。

12/6 南相馬のマラソン大会に出場しました！



市内の小学生8人が福島県南相馬市で開催された「第28回野馬追の里マラソン大会」に参加。また、その前日の交流事業や被災地見学も参加し、たくさんのこと学んできました。

マラソン大会は全員無事に完走！

12/12 国内での冬期ジャンプ大会開幕！



第46回名寄ピヤシリジャンプ大会兼第53回北海道新聞社杯ジャンプ大会がピヤシリシャンツエで開催。雪の量が心配されましたらが無事開催され、選手たちのアーチ合戦が繰り広げられました。

翌日には、吉田杯が開催されました

12/12 EN-RAYクリスマスロビーコンサート



会場はツリーやイルミネーションなどで飾り付けられ、クリスマスらしい雰囲気に。ウィンドアンサンブル ソラエが出演し、ジャズ風味のクリスマスメドレーや情熱大陸などの曲を披露しました。

金管の美しい音色が響き渡る

12/6 風連さくら保育園発表会



今日に向けて頑張って練習してきた成果を子どもたちが元気いっぱいに発表。会場に集まった保護者たちは我が子の姿をビデオやカメラで撮影しながら、その成長ぶりを目に焼き付けていました。

ゆうざや歌、楽器など一生懸命に披露！

12/9-10 台湾の高校生がやってきました



台湾の国立嘉義高級工業職業学校の高校生56人が教育旅行で名寄にやってきました。9日は北国博物館と天文台。10日はカーリング体験、そり遊び、名寄産業高校での交流授業を行い楽しみました。

教育旅行とは日本でいう修学旅行のこと

12/12 風連スキー場がオープン



この日はオープンに合わせて11月中に各家庭で不要になり回収されたスキー用品の無料提供会が行われました。スキー板、ストック、靴などを求め開始前から多くの人々が集まりました。

今シーズンの開設は2月28日(日)までの予定

こども未来課 からの お知らせ

申し込み・問い合わせ
こども未来課こども未来係
(名寄庁舎2階)
0165432111(内線3242)

保育所入所児を募集します

平成28年4月からの入所受け付け

■入所要件 お子さんの保護者が就労、妊娠・出産、求職活動等によりお子さんの保育ができないと認められる場合

■定員

保育所名	定 員
名寄市西保育所(西6北4)	70人
名寄市南保育所(西6南9)	90人
名寄市東保育所(東5南3)	60人
名寄大谷認定こども園(西5南2)	60人
風連さくら保育園(風連町西町284)	40人



※入所先は、お子さんの年齢によりご希望に添えない場合があります。

※新規入所児の年齢により、予定人員が増減する場合があります。

受付期間中にこども未来課こども未来係の窓口で手続きください。

1月6日(水)～2月26日(金)

■受付方法

■受付期間

■持ち物

・印鑑
・平成27年1月1日現在、名寄市以外にお住まいだった方のみ、同じ世帯で平成27年中に収入のあった方全員分の平成27年1月1日現在居住していた市町村発行の市民税がわかる書類(所得控除内訳がわかるもの)

■その他

年度途中の入所申し込みについては受付期間以外でも随時行っていますが、平成27年度中の入所を希望されている場合(産休・育休明けなど)は早めに手続きください。



申し込み・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3241・3245)



各種手当と助成について



手 当

■児童手当（公務員の方は勤務先での手続きとなります）

- ・支給対象者 0歳から15歳（中学校修了前）までのお子さんを養育している方
- ・手当額（月額）

年齢区分	第1子	第2子	第3子以降
3歳未満（一律）		1万5,000円	
3歳以上小学校修了前	1万円		1万5,000円
中学生（一律）		1万円	
特例給付（一律）※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お子さんを養育している場合。

■児童扶養手当

- ・支給対象者 父または母がいない（行方不明・重度心身障がい者などを含む）家庭で、18歳に達した年度末（一定の障がいがある場合は20歳未満）までのお子さんを養育している父または母など
- ・手当額（月額） 第1子=全部支給4万2,000円／一部支給（※2）9,910円～4万1,990円
第2子=1人5,000円加算、第3子以降=3,000円加算

※2 所得により金額が変動します。

■特別児童扶養手当

- ・支給対象者 心身に障がいのある20歳未満のお子さん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

医療費の助成

■乳幼児等医療費助成

- ・助成対象者 0歳から小学生（12歳に到達した最初の3月31日まで）のお子さん
※小学生は入院時の助成
- ・助成内容 全額助成

■ひとり親家庭等医療費助成

- ・助成対象者 ひとり親家庭などの父または母、子ども（18歳に到達した最初の3月31日まで。ただし学生の場合は20歳の誕生日まで）
※父または母は入院時の助成
- ・助成内容 就学前児童の通院および入院、小学生の入院は全額助成。小学生以上のお子さんがいる世帯で、非課税の場合は一部負担金のみを自己負担し残額を助成。それ以外の方は医療費の1割を負担し、残額を助成。

※乳幼児等医療費助成を除く手当・助成制度は、所得制限などの支給条件があります。

詳しい内容・申請方法についてはお問い合わせください。



名寄市立大学の窓からくちばしの誘い

「保健師」という看護職について(2)

保健福祉学部 看護学科 教授 播本 雅津子

vol.37

保健師が担当する看護の

分野は「公衆衛生看護学」と

「地域看護学」です。

「公衆衛生」とは、「広く地
域社会の人々の疾病を予防
し、健康を保持・増進させ

るための、公私の諸組織に
よって組織的になされる衛
生活動である」と定義され
ています。憲法第25条で保
障された生存権を担保する
ための大切な分野であり、

保健師は公衆衛生の理念に
基づいた看護活動を行つて
います。

「地域」とは「地図上で区
切られた一定の範囲」であ
り、気候や風土、歴史、文
化、慣習などを共有する人々
が暮らしています。国や
都道府県、市町村、町内会
などは、区切り方のルール
が違うものの、すべて地図
上で区切られた一定の範囲
で、地域の単位となつてい
ます。

保健師は全国すべての保
健所や市町村に勤務し、そ

の管轄範囲をいくつかの地
域(地区)に分け、地区担当

制で仕事を行います。すべ
ての国民に担当保健師が存
在し、人々の健康保持・増
進を支えています。そして
保健師は、医学や保健の知
識に加え、本人だけでなく
家族や職業、地域での暮ら
し全体に目を向けて保健指
導を行います。

いくつかの例を挙げてみ
ましょう。30代後半から40
代にみられる中年太りは、
基礎代謝量やホルモンバラ
ンスの変化が理由とされま
すが、家族構成によっては
食べ盛りの子どもと食卓を
共にすることも一因です。
働き盛りで昼夜多忙な年代
では、仕事上出張や外食が
多くなる方もあります。子ど
もの教育や、仕事上の課題
などで頭がいっぱいのとき
には自分自身の健康管理を
優先できないものです。保
健指導では、このような日
常についてを自身が立ち止
ります。

まつて考える機会を与えま
す。

名寄では、高校を卒業し
て家を離れる若者が多く、
親の生活もその時期に変化
します。国民健康・栄養調
査の結果で運動習慣の有無
を見ると、40・50代から運動
習慣を持つ人の割合が増加
し、70代では約半数の人が
定期的に運動を行っています。
子どもの進学や、仕事が一
段落した時期に生活習慣を
見直す方が多いのです。
積雪寒冷地である名寄の
健康課題には、冬季の運動
不足があります。冬季に体
重が増え、夏季に減量する
方が多いですが、減量し
きれなかつた分が少しづつ
積み重なり肥満が進みます。
冬季の体重増加を防いだう
えで夏季に減量できれば、
中高年期の肥満防止や改善
さらには介護予防としての
筋力維持もできます。冬季
に安全で楽しく運動できる
機会を、地域全体で作り、

誘い合わせて参加すること
が市民の健康増進の鍵だと
考えます。

成人男性の80パーセント
以上が喫煙者だった時代を
経て、現在は喫煙者の数を
上回る禁煙成功者がいます。

「喫煙する方々は、「禁煙は無
理」と言いながらも身近に
禁煙成功者がいて、「いつか
は自分も」と思っています。
北海道民の喫煙率は他都
府県よりも高いです。それ
は、広々とした空間が広が
り、喫煙することができな
い公共交通機関より、比較
的自由に喫煙できる車を利
用する機会が多いなど、禁
煙しにくい環境にあるため
と考えられます。北海道で
の禁煙成功は他地域より一
層強い意志による一人ひと
りの決意と努力の結果だと
言えるでしょう。



名寄市立大学道北地域研究所 第4回市民公開講座

名寄市立大学道北地域研究所では毎年、市民に向けた公開講座を開催しています。

今回のテーマは『村上春樹と道州「性」』。村上春樹作品は北海道を舞台としたものが多く、特に道北を舞台とした初期3部作の1つ「羊をめぐる冒険」は、今日のムラカミ・ワールドの原初と言って良いでしょう。以降、彼の作品には「北海道」がたびたび登場していますが、なぜ彼は北海道に注目したのでしょうか?

もしかしたら日本が近代化していく中、本州とかけ離れた北海道の数奇な運命に興味をもったのかもしれません。彼がみる北海道と本州の性合いを楽しく考えてみたいと思います。市民の皆さまの参加をお待ちしています。

とき 1月27日(水) 18:30~20:00
ところ 名寄市立大学 新館2階 121教室
講師 名寄市立大学保健福祉学部教養教育部
准教授 関 朋昭

参加料 無料(直接会場までお越しください)
問い合わせ 名寄市立大学道北地域研究所
TEL 0165424194(内線2101)
MAIL chiken@nayoro.ac.jp



●活動日時・場所

火曜 19:00～20:15

駅前交流プラザ「よろーな」

木曜 10:00～11:30

スポーツセンター格技室

●会費

1回 700円

●連絡先

阿部 友恵さん

090-6210-7725

ズンバは、ラテンをはじめ世界各
国のリズムとフィットネス哲学によ
り創造されたダンスエクササイズで
す。2001年にアメリカで誕生し、
日本のスポーツクラブなどに導入さ
れたのは2007年。比較的新しい
エクササイズですが、現在では、世
界185カ国以上、1400万人以
上の愛好者がいます。

ズンバとは、スペイン語で「お祭
り騒ぎ」という意味。サンバやサル
サ、メレンゲ、マンボなどノリのい
い曲、タンゴやフラメンコなどしつ
とり系の曲で踊るほか、ヒップホッ
プや格闘技、インド舞踊、ベリーダ
ンス、歌舞伎などの動きもあります。

思わず踊りだしたくなる音楽に合
わせて、有酸素運動や筋肉トレーニ
ング、脳のトレーニングが楽しくで
きます。さらに、終わった後の汗は
爽快でストレス解消に最適です。
今、スポーツクラブで大人気のズ
ンバを気軽に楽しみましょう。

わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

ズンバ同好会

思わず踊りだしたくなる音楽に
合わせて、ストレス解消



日本将棋連盟 名寄支部



頑張った分だけ強くなれる！

●活動日時 有段者会 第2土曜 13:00～18:00
月例会 第3日曜 13:00～18:00

●活動場所 駅前交流プラザ「よろーな」

●会費 年額 6,000円（大人のみ）

●連絡先 千々石 好弘さん 0165423254

なよろ子ども将棋教室

◆とき 毎月第1・2土曜

10:00～12:00

◆ところ 駅前交流プラザ

「よろーな」

◆対象 名寄や近郊の

小中学生

※全くの初心者、級位者など棋力を問いません。

◆参加料 無料

※保護者の参観自由。

将棋を通して自己の研鑽と会員相互の融和を図ることを目的に日本将棋連盟名寄支部が設立されてから65年が経過しました。この間に全道レベルの強豪が育ち、各種大会で活躍を続けています。なかでも、日本将棋連盟棋士「石田直裕四段」が名寄支部から誕生したことは大きな誇りです。

現在会員数は15人で、活動は毎月行う有段者会と月例会のほか、全道大会地区予選会など、年間30以上の大会に参加しています。

さらに、新しい取り組みとして将棋の奥の深さと魅力を多くの子どもたちに伝えるため、「なよろ子ども将棋教室」を開催しています。

将棋に興味のある方、参加してみませんか。ルールや礼儀のほか、基本的な知識や技術を学び、将棋が楽しめるようになるまでを指導します。

※活動状況は名寄支部ホームページを「ご覧ください」。

<http://www7b.biglobe.ne.jp/~hibikorekoukyoku/>

「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。

冬期健康体操教室に 参加してみませんか



冬は寒さや雪道での転倒の不安もあり、どうしても運動不足になりがちという方も多いのではないでしょうか？

保健推進委員と一緒にリズムに合わせて楽しくいい汗を流しませんか。

◀昨年のようす

とき・ところ

各13:30～14:30

ふうれん健康センター

- ①2月1日(月)
- ②2月8日(月)
- ③2月15日(月)
- ④2月23日(火)

総合福祉センター

- ①2月5日(金)
- ②2月12日(金)
- ③2月19日(金)
- ④2月26日(金)

講 師

健康運動指導士 菊地 幸子氏

内 容

リズムに合わせて健康体操を行います。

参 加 費

無料

持ち物

バスタオル(床に敷いて使用)、汗拭き用タオル、
室内用運動靴、動きやすい服装、飲み物(水分補給用)

申しこみ
問い合わせ

名寄市保健推進委員協議会事務局(保健センター内)



名寄市保健推進委員協議会とは

市内の各町内会長から推薦され、市長から委嘱を受けた保健推進委員124人で組織し、地域の健康づくりのためにさまざまな活動を行っています。

健康づくり体操教室のお知らせ

◆と き

1月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)
9:30～11:15

◆と こ ろ

総合福祉センター(西1南12)

◆対 象

おおむね60歳以上の方

◆内 容

フォークダンス、民謡踊り、自きょう術

◆申しこみ

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)



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 急患に限ります

1月1～3日 名寄市立総合病院

01654③3101

10日 吉田病院

01654③3381

11日 名寄東病院

01654③2188

17日 名寄中央整形外科

01654③2006

24日 あかいし内科医院

01654③7177

31日 名寄三愛病院

01654③3911

2月7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 ミニカレンダー



1月

8日(金) 親子ふれあいひろば

12日(火) 1歳6ヶ月児健診

13日(水) のびのび親子教室

14日(木) 4ヶ月児検診

18日(月) 股関節脱臼検診

20日(水) もぐもく離乳食教室

22日(金) 親子ふれあいひろば

25日(月) 赤ちゃん計測日

26日(火) 発育相談

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

もっと！ もち米プロジェクト

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。

※
9

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/>



名寄のもち米の品種を知ろう！

1月になり、ついにもちのシーズンがやってきました。名寄では年末からさまざまなイベントでもちつきが行われており、日本一のもち米の里☆なよろはにぎわいを見せてています。さて、名寄のもち米にはどんな品種があるか知っていますか？今回は名寄産もち米の種類を紹介します！

はくちょうもち
やわらかく硬くなりにくいという特徴から、伊勢名物「赤福」などの生菓子をはじめ、市内のお菓子屋さんの原料としても多く使われている名寄のもち米を代表する品種です。名寄で生産されるもち米の約5割が「はくちょうもち」です。

きたゆきもち
やわらかさが持続することに加え、お米の色が白いことが特徴なのが「きたゆきもち」。寒さに強い品種として知られています。

きたふくもち
硬くなりやすいという特徴をもつ「きたふくもち」。硬くなるのが他の品種に比べて早いため、切り餅などの加工食品に適しています。

風の子もち
やわらかさが持続する特徴のほか、粒がたくさん収穫ができる頼もしい品種。粒張りが良いのでおこわにも適しています。名寄産もち米の4割がこの「風の子もち」です。もち米を粉にしたもち粉の原料にもなっていて、ロッテの「雪見だいふく」の原料としても使用されています。

2016年も名寄のもち米をよろしくお願いします♪

名寄のもち米といえば！

寒さに強い！

あこわに最適！

切り餅に最適！

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9

商品名 なよろもっちり

／販売者 なよろ菓子工房ブラジル（名寄市西1南6）



地元の素材にこだわったお菓子やケーキがならぶ市民おなじみの老舗、なよろ菓子工房ブラジル。「フランスの伝統菓子は地元素材で作られているのだから、名寄ならもち米だ！」ということで、ご主人が開発したもち粉を使った焼き菓子がこの「なよろもっちり」。スイートコーンやアスパラなど、名寄を代表する野菜を活かした6種類の味があります。

商品メモ

小麦粉の代わりにもち米を粉にした「もち粉」が使われているとてもめずらしい焼き菓子。主原料がもち粉なので、レンジで少し温めてから食べるともっちもちに！ぜひお試しあれ。

※温めるときは袋から「製品保持剤」を取り出しましょう。



渡辺 陽子 講演会

Yoko Watanabe

男女共同参画セミナー

とき 2月6日(土)

開場14:00／開演14:30

ところ 駅前交流プラザ「よろーな」 入場無料

その他 託児所あり。

1月27日(水)までに申し込みください。

主催 名寄市／名寄市男女共同参画推進委員会

申し込み・企画課男女共同参画担当(名寄市3階)

問い合わせ ☎ 01654③2111(内線3305)

FAX 01654②5644

✉ ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

講師プロフィール

札幌市出身。北海道放送(HBC)アナウンサーとして、情報番組・ニュース・スポーツなど幅広く担当し、2013年春にフリーアナウンサーへ。現在は、HBCテレビの「今日ドキッ」「金曜ランチ」に出演中。

性別にとらわれず、一人ひとりがお互いを尊重し、自分らしく生きる社会。これが男女共同参画社会のめざす姿です。セミナーをとおして男女共同参画について考えてみませんか。



平成28年 名寄消防出初式 1月9日(土)

出初式

◆とき 14:00

◆ところ 西3条本通 南5丁目～南6丁目の間
※13:30～15:00の間交通規制を行います。

◆内容 分列行進、
登梯など



式典

◆とき 15:00

◆ところ グランドホテル藤花

◆内容 表彰、管理者告辞など

問い合わせ

上川北部消防事務組合名寄消防署

☎ 01654③3319



天塩川だより

定住自立圏の構成市町村のイベントを紹介します

剣淵町

絵本の館 お正月特別開館イベント

とき

1月3日(日) 10:00～15:00

ところ

絵本の館(剣淵町緑町15-3)

問い合わせ

絵本の館 ☎ 0165(34)2624

幌加内

朱鞠内湖ワカサギ釣り

とき

1月～3月

ところ

朱鞠内湖

問い合わせ

朱鞠内湖淡水漁業協同組合

☎ 0165(38)2470



士別市

第61回しべつ雪まつり

とき

2月6日(土)～7日(日)

ところ

士別市中央公園周辺特設会場

問い合わせ

しべつ雪まつり実行委員会

(士別観光協会)

☎ 0165(29)2225



EN - RAYホール イベント情報

EN - RAYホール
で行われる市の自主
事業などを紹介。

PICK UP!
1 / 31
SUN

北海道農民管弦楽団 第22回定期演奏会

「鍼で大地を耕し、音楽で心を耕す」をモットーに真の芸術とは何かを追求する志高いアマチュアオーケストラ「北海道農民管弦楽団」の名寄公演です。



■とき 開演14:00

■入場料 一般1,200円(当日1,500円)

中・高・大学生500円 ※小学生以下無料

PICK UP!
2 / 15
MON

EN-RAY アフターバレンタインコンサート

有名なオーケストラ曲など誰もが知っているあらゆるジャンルの編曲を含む名曲をレパートリーに持つ「デュオ トロイメライ」によるピアノ連弾コンサートです。

■とき 開演18:30

■入場料 500円

※高校生以下無料



CHECK!

1月
JANUARY

主なイベント

※カッコ内は主催者です。詳細はポスター・チラシなどをご覧ください。

■ 1/24 sun. 13:00 名寄ウインターバンドフェスティバル (なよろ舞台芸術劇場実行委員会)

■ 1/28 thu. 18:30 北の星座音楽祭2016ニューイヤーコンサート
福川伸陽 & 三浦友理枝 ホルンの響き ピアノの調べ
(北の星座音楽祭組織委員会・北海道新聞社)



名寄市消費生活セミナー・風連瑞生大学公開講座

『意外と便利！ 地元弁護士の 活用術』

とき

1月27日(水) 11:00～12:00

ところ

ふうれん地域交流センター(風連町本町63)
2階大ホール

備考

どなたでも参加できます。(申し込み不要)
託児はありません。

参加無料です。
お待ちしています！



講師 弁護士 押田 朋大氏
(名寄まわり基金法律事務所所長)

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

法律問題って難しいし、
そもそも自分に関係ない
と思っていませんか？

遺言や相続の話、成年
後見制度の話、消費者問
題の話…。最近は高齢者
の方に関わる法律問題や、知っておくと使える
制度も増えてきています。



そうした問題を解決したいとき、誰に相談し
たらよいのでしょうか。「弁護士かなあ、とは思う
けど、弁護士って裁判する人でしょ?」「裁判し
たいわけじゃないし…」「弁護士って相談したら
かなりの費用がかかるのではないかしら…」な
ど疑問や不安がいっぱい。

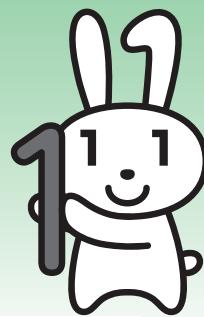
今回のお話で、疑問や不安をあらかじめ取り
除きませんか。

マイナンバーの記載が必要になります

1月から各種届け出にマイナンバー(個人番号)の記載が必要になります。

マイナンバーの記載が必要な主な届け出と担当窓口をお知らせします。

窓口に届け出をするときには、「通知カード」と運転免許証などの本人確認書類を提示してください。詳しくは各担当窓口に問い合わせください。



問い合わせ 総務課 名3階(内線3320)

名 名寄庁舎(01654③2111) 風 風連庁舎(01655③2511)

分 野	マイナンバーの記載が必要になる主な届け出	窓 口
住民登録	<ul style="list-style-type: none"> ◆転居届、転入届、婚姻届、離婚届など ※名寄市に住民登録されている方で氏名や住所などが変更になる届け出をする方は、通知カードまたは個人番号カードの訂正が必要になります。 	市民課市民年金係 名 1階(内線3112・3113・3119) 地域住民課市民係 風 1階(内線118・119)
国民健康保険 後期高齢者医療制度	<ul style="list-style-type: none"> ◆加入・脱退などの資格異動届 ◆高額療養費などの給付関係支給申請 ◆被保険者証の再交付申請 ◆限度額適用認定証の交付申請 	市民課国保高齢医療係 名 1階(内線3114・3115) 地域住民課市民係 風 1階(内線118・119)
介護保険	<ul style="list-style-type: none"> ◆取得・異動・喪失などの資格異動届 ◆被保険者証の再交付申請 ◆要介護認定・負担限度額認定などの申請 	高齢介護課介護保険係 名 2階(内線3234～3236) 地域住民課福祉係 風 1階(内線112・113)
障がい者福祉	<ul style="list-style-type: none"> ◆身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳申請 ◆自立支援医療(精神通院・更生医療)の給付申請 ◆障害福祉サービスに係る各種申請 ◆障害児福祉手当・特別障害者手当認定申請 	社会福祉課障がい福祉係 名 2階(内線3225～3227) 地域住民課福祉係 風 1階(内線112・113)
児童手当 子育て支援	<ul style="list-style-type: none"> ◆施設型給付費・地域型保育給付費などの支給認定申請 ◆児童手当・特例給付認定請求申請 ◆児童扶養手当・特別児童扶養手当認定申請 ◆養育医療の給付申請 	こども未来課こども未来係 名 2階(内線3242・3244) こども未来課子育て支援係 名 2階(内線3241・3245) 地域住民課福祉係 風 1階(内線112・113)
妊娠・出産	<ul style="list-style-type: none"> ◆妊娠届 ◆低体重児出生届 	保健センター 01654②1486
税	<ul style="list-style-type: none"> ◆個人市民税・軽自動車税などの減免申告 ◆市・道民税申告 ※平成29年(平成28年分の申告)以降 ◆給与支払報告 ※平成29年(平成28年分の報告)以降 	税務課市民税係 名 2階(内線3201～3203) 地域住民課総務・税務係 風 1階(内線123・125)
	<ul style="list-style-type: none"> ◆納税管理人申告・承認申請 ◆家屋・土地の非課税申告 ◆住宅用地特例などの減額適用申告 ◆家屋・土地の相続人代表(変更)届 ◆償却資産申告 	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 風 1階(内線123・125)

公民館



市民文化センター（西13南4）

0165422218
FAX 0165422356

nyubansen@city.nayoro.lg.jp

開館 8時～22時
休館 月末・年末年始風連公民館（風連町本町63・
ふうれん地域交流センター内）
0165532620
FAX 0165532321

市民文化センター



平成28年名寄市成人式

◆と き 1月10日(日) 15時
(受け付けは14時から)◆対 象 平成7年4月2日
既に対象となる方には案内状をお送りしましたが、案内状をお持ちでない方で、出席を希望される方は、当◆修業年数 4年間
◆募集人数 30人
◆学 費 無料
※既に対象となる方には案内状をお送りしましたが、案内状をお持ちでない方で、出席を希望される方は、当直会場へお越しください。市民文化センター（西13南4）
玉善様（愛知県尾張旭市）より寄贈された「干支の置物」を一般の方にも贈呈します。◆と き 1月22日(金) 10時
◆と こ ろ 市民文化センター
※数に限りがありますので、ご希望の方はお早めにお越しください。

「名寄ピヤシリ大学」

学生を募集

健康、福祉、法律など知つておくと便利な知識や名寄のまちづくりなどについて幅広く学べます。

また、遠足、体育祭、大学祭、かるた大会など楽しい行事が盛りだくさん！

大学（4年間）を卒業すると大学院（2年間）に進学することができます。

新たな視点や出会い、仲間があなたを待っています。

◆入学資格 市内にお住まいの60歳以上の方

◆と き 1月10日(日) 15時
(受け付けは14時から)

◆対 象 平成7年4月2日

◆修業年数 4年間
◆募集人数 30人
◆学 費 無料
※授業は基本毎月第2・4火曜日（年間20回程度）

※ただし、教材費、自治会費などは自己負担です。

「干支の置物」を贈呈します

成人式の記念品として、(株)エヌ・エス・エス（愛知県尾張旭市）より寄贈された「干支の置物」を一般の方にも贈呈します。

◆学習内容 一般教養、社会見学、実技、奉仕活動、体育祭、大学祭、遠足、クラブ活動、自治会活動など

◆入学式 4月下旬

◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
※数に限りがありますので、ご希望の方はお早めにお越しください。

◆と き 1月16日(土) 13時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。

◆と き 1月22日(金) 10時

◆と こ ろ 市民文化センター
◆申し込み 2月1日(月)から開始。詳しくは市民文化センターまで問い合わせください。▶ サーカル便利帳
(A5版の冊子です)

博物館



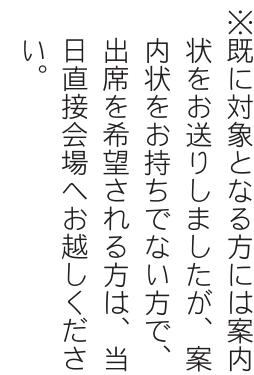
北国博物館（緑丘222）

FAX 0165432575
nyukitsukai@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)
※冬期間休館（12月1日～翌年3月31日）

※見学は北国博物館へ（月・土・日曜日・国民の休日は不可）

◆企画展
◆講 師 和泉 雅子さん
◆出身。子役として活躍し、1961年に日活に入社。◆企画展
◆講 師 和泉 雅子さん
◆出身。子役として活躍し、1961年に日活に入社。

企画展関連事業

◆和泉雅子講演会
「北極が教えてくれたこと！」◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
(2階)◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分◆と き 1月16日(土) 13時
◆と こ ろ 北国博物館 講堂
◆30分～15時30分

※入場無料。当日直接会場へお越しください

みんなの国民年金
新成人の皆さまおめでとうございます。



風
名
申・問
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119)

20歳になつたら、すべての人が公的年金に加入し、保険料を納めなければいけません。公的年金制度とは、老後の生활だけでなく、病気やけがで障がいが残つたとき、一家の働き手が亡くなつたときに生活を守つてくれる制度です。

収入がなく保険料を納めることが困難な場合は、申請により保険料の全額または一部が免除される制度があります。また、学生の場合は、在学期間中の保険料納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。申請される方は、手続きを行つてください。

※「学生納付特例制度」を利用した場合、10年以内でれば保険料をさかのぼつて納める(追納する)ことができます。

名 問
上下水道室業務課業務係
3階(内線3361)
3363

申
願
お願い
します。



◆冬期の検針のお願い
冬期は積雪により水道メーターが見えにくくなります。スムーズな検針を行うためにメーター付近の除雪にご協力を

1月3日(日)
◆年始の検針開始日
1140)に修理業者の手配を依頼しましょう。

水道管の凍結や漏水を発見したときには、名寄市管工事協同組合(016542)に修理業者の手配を依頼しましょう。

なお、各家庭へ引き込まれた給水管の修繕は、自己負担です。凍結による破損も例外ではありません。

特に長期間家を空けるときや、冷え込みの厳しい夜は注意してください。

◆ところ
浅江島公園内(西13南2)
◆利用上の注意
①降雪状況などにより、定期でコースの整備作業を行います。整備中は利用できない場合がありますので、ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ一館が隣接しています。落雪の危険があるので、近寄らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くスキー用具を無料で貸し出しています。

③車でお越しの場合は、周辺の道路などに駐車せず、市

民文化センターなどの駐車場をご利用ください。

④コースには歩くスキー用の溝(万ツツ)を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設しています。

市教育委員会では、3月末まで市民の体力づくり・健康増進を目的に歩くスキーコース(外周約700メートル)を開設しています。

◆歩くスキーコースを開設しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使

用はご遠慮ください。

場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設

しています。

浅江島公園内(西13南2)

◆利用上の注意

①降雪状況などにより、不定

期でコースの整備作業を行

います。整備中は利用でき

ない場合がありますので、

ご了承ください。

②コースの南側にはサンピラ

ー館が隣接しています。落

雪の危険があるので、近寄

らないようお願いします。

◆歩くスキーの貸し出し

市民文化センターで歩くス

キー用具を無料で貸し出

しています。

◆歩くスキー用の溝(万ツツ)

を付けています。

犬の散歩など、目的外の使
用はご遠慮ください。
場をご利用ください。

◆歩くスキーコースを開設
しています。

申・問
市民課国保高齢医療係
1階(内線3118)

後期高齢者医療保険から
のお知らせ

◆医療費通知の送付を
希望される方へ

北海道後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆さんに、健康医療に対する理解を深めていたぐため、医療費を半年ごとにまとめた「医療費通知」をご希望の方へ送付しています。

次回の発行は3月です。(平成27年7月~12月の医療費が対象)

今後、新たに発行をご希望の方は、手続きが必要です。ご連絡ください。

※電話だけで手続きができます。



▲助成を受けて植林したカラマツ

風・問
耕地林務課林務係
1階(内線317)

二トリ北海道応援基金の助成で造林事業を実施

市では第10回二トリ北海道応援基金の助成を受けて、智恵文北山などの市有林4,700本、ヤチダモ1040本を植栽し、景観整備と森づくりを進めました。

この助成活動は、「二トリ」を支えてくれた北海道への恩返しを主眼に、公益財団法人似鳥文化財団と株式会社二トリ北海道応援基金事務局が植樹活動に取り組んでいます。今後、新たに発行をご希望の方は、手続きが必要です。ご連絡ください。

※電話だけで手続きができます。

名
企画課企画調整係
3階(内線3309)

申・問

二トリ北海道応援基金の助成で造林事業を実施

市では第10回二トリ北海道応援基金の助成を受けて、智恵文北山などの市有林4,700本、ヤチダモ1040本を植栽し、景観整備と森づくりを進めました。

この助成活動は、「二トリ」を支えてくれた北海道への恩返しを主眼に、公益財団法人似鳥文化財団と株式会社二トリ北海道応援基金事務局が植樹活動に取り組んでいます。今後、新たに発行をご希望の方は、手続きが必要です。ご連絡ください。

※電話だけで手続きができます。

①北国の冬にふさわしい暖かく、楽しい装いの開発研究に関わる事業

②冬の環境を活かし、豊かな地場産物を利用した北国の食文化づくりに関わる事業

③冬の生活が快適になる住まいづくりに関わる事業

④冬の生活をいきいきと過ごすため、冬のスポーツ活動の推進に関わる事業

⑤冬の生活が楽しいものとなるようアウトドア行事をはじめ、冬のレクリエーション、イベントなどの催事に

◆対象事業

利雪親雪事業に積極的に取り組む団体に対し、事業費用の一部を助成します。

◆助成の条件

①事業完了後は、成果品、実績報告書と収支計算書を提出すること

②市が交付する他の補助金対象事業になつていないと

雪や寒さを活かし、冬の生活をより暮らしやすく、樂しいものにすることを目的に、利雪親雪事業に積極的に取り組む団体に対し、事業費用の一部を助成します。

◆助成額

事業対象経費の2分の1以内で、上限を10万円とします。(応募多数の場合は、予算の範囲内で交付します)

※要綱や申請書などは市ホームページに掲載しています。

ご寄附
ありがとうございました
(順不同・敬称略)

◆市立図書館の児童図書充実のために(ソロプロヂミスト名寄スト児童文庫)

○岡崎 賢子会長

◆市立図書館のために(高橋 能朗理事長)

○佐藤建設管理株式会社

◆社会貢献のために
◆障がい福祉のために

○山田 重一

◆社会貢献のために
◆障がい福祉のために

○佐藤建設管理株式会社

◆社会貢献のために
◆障がい福祉のために

○飯塚 孝幹会

町内会に入りましょう

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

一人でも多くの皆さまが広報を手に取れるよう、町内会に加入しましょう。



◆加入するには

お住まいの地域の町内会長、または町内会連合会事務局へご連絡ください。

申・問 町内会連合会事務局
(企画課企画調整係)
名 3階(内線3311)

無料相談窓口

①消費生活相談
とき 月~金曜日 9:15~16:00

②市民相談
とき 月~金曜日 9:15~16:00

③無料法律相談
とき 1月10日(日)11:00~
2月7日(日)11:00~
※事前予約が必要です。

④行政相談
とき 1月14日(木)13:00~16:00
2月10日(水)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」)

① ②~⑤
01654②3575
01654③2111(内線3616)

◆年金事務相談
とき 1月12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」)
※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 名寄市労働相談所
(01654③2111)

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

◆生活相談支援センター
(心配ごと相談・生活相談)
とき 月~金曜日 9:00~17:00
ところ 社会福祉協議会
(総合福祉センター内)
01654③9862

◆教育相談ハートダイヤル
とき 月~金曜日 9:00~17:00
ところ 児童センター
01654③1000

市役所関係 年末年始の休業

施設	通常	その他	休業	平成27年12月				平成28年1月								
	①=休日当番医	②=9:30~17:00	③=9:00~17:30	④=10:00~12:00	⑤=10:00~17:00	28日 月	29日 火	30日 水	31日 木	1日 金	2日 土	3日 日	4日 月	5日 火	6日 水	7日 木
市役所	名寄庁舎・風連庁舎															
(※1)	智恵文支所															
保健センター																
地域子育て支援センター「ひまわりらんど」																
総合福祉センター																
市立総合病院						①	①	①	①							
児童センター																
市民文化センター																
図書館名寄本館			②													
北国博物館																
なよろ市立天文台「きたすばる」																
スポーツセンター												③	③			
市営スケートリンク			④							⑤	⑤					
農業振興センター																
風連国保診療所																
ふうれん健康センター																
風連陶芸センター																
図書館風連分館																
ふうれん地域交流センター(※2)																
風連B&G海洋センター・風連農村環境改善センター																
風連スキー場																
道の駅「もち米の里☆なよろ」																
駅前交流プラザ「よろーな」(※3)																

※1 出生・死亡などの届け出は名寄庁舎・風連庁舎の宿直室で受け付けます。

※2 使用するには事前の申し込みが必要です。12月31日(木)~1月5日(火)は受け付けていませんのでご注意ください。

※3 12月31日(木)~1月5日(火)は貸館を行いませんが、バス待合所とエントランスホールは開館します。

ごみ・し尿の収集など	平成27年12月				平成28年1月											
	通常	その他	休業	⑥=9:00~12:00	28日 月	29日 火	30日 水	31日 木	1日 金	2日 土	3日 日	4日 月	5日 火	6日 水	7日 木	
ごみの収集	名寄地区									※4						
	風連地区															
ごみの受け	炭化センター															
入れ業務	リサイクルセンター															
	風連リサイクルプラザ															
	内淵一般廃棄物最終処分場															
	風連一般廃棄物最終処分場															
し尿の収集業務(※5)				⑥												

※4 古紙類の第1土曜日の回収地区は通常通り回収します。

※5 し尿の収集受け付け業務…平成27年の収集申し込みは締め切りました。

申・問 名寄市環境保全事業協同組合 01654②4300

市民カレンダー

1月 January

日	月	火	水	木	金	土
児童生徒の帰宅時刻 小学生 16時 中学生 18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 1/28(木) 要予約 ① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ◆費用 粘土代 1kg 200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 元旦	2
3	4	5 ★北海道スキー選手権大会 (ジャンプ・コンパインド) シ 健 ★ふうれん新春交礼会 10:00 ★市民新年交礼会 12:00~13:00 (グランドホテル藤花)	6	7 ★中学1・2年 ソフトテニス大会 (8日まで) ス ★運転免許更新時講習会 優良 13:00 一般 14:00 文 ★風連消防団出初式 14:00(消防署風連出張所)	8 ★新春子ども書き初め広場 10:00 文 ★新春書き初め 墨絵詩書講座 13:00 ふ ★名寄消防出初式 14:00 (西3南6)	9 ★2016輝け!新春なよろもちつき大会 よ ★新春書き初め 墨絵詩書講座 13:00 ふ ★名寄消防出初式 14:00 (西3南6)
10 ★高校ウインターバスケットボール大会 (11日まで) ス ★無料法律相談 11:00 よ ★名寄市成人式 15:00 文	11 成人の日	12 ★冬休み体験教室 「勾玉づくり」 10:00~12:00 北 ★青空保育 in 智恵文保育所 10:00	13 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45 見 ★運転免許 更新時講習会 優良 18:00 違反 19:00 文	14 ★冬の工作教室 13:30~15:00 児 ★新春子ども書き初め広場表彰式 15:00 文	15 ★冬の工作教室 13:30~15:00 児 ★新春子ども書き初め広場表彰式 15:00 文	16 ★北海道スキー選手権大会 (クロスカントリー・18日まで) 健 ★一輪車教室① 10:00~11:30 児 ★本の読み聞かせと 工作 13:30 児
17 ★トータルメンテナンス 杯ソフトバレーボール 大会 ス ★日曜公証相談 9:00~13:00(名寄公証役場) ★台湾野球報告会 & 台湾フェア 10:00~14:00 よ	18 ★中学校始業式	19 ★冬の星雲・星団観望会 17:00~20:00 (24日まで)	20	21 ★風連中央小 開校記念日 ★小学校始業式 ★運転免許 更新時講習会 初回 14:00 一般 17:30 文	22 ★干支の置き物配布 10:00 文	23 ★一輪車教室② 10:00~11:30 児 ★本の読み聞かせ 13:30 児
24 ★名寄ウインター バンドフェスティバル 13:00 文	25 ★夜間納税窓口 17:30~19:30 (市役所名寄庁舎2階税務課)	26	27 ★消費生活セミナー 「意外と便利!地元 弁護士の活用術」 11:00~12:00 ふ ★北の星座音楽祭 「ホルンの響き ピアノの調べ」 18:30 文	28 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45 見 ★北の星座音楽祭 「ホルンの響き ピアノの調べ」 18:30 文	29 広報2月号 配布予定日 みずならショップ 16:00~17:00 (産業高校農業キャンパス) ★北海道ミックスダ ブルスカーリング 選手権 (31まで・サンピラー交流館)	30 ★名寄新聞社杯兼市 民フットサル大会 (31日まで) ス ★まめまき 13:30 児
31 ★北海道農民管弦楽団 第22回定期演奏会 14:00 文			 <p>東保育所もちつき</p>	<p>ピヤシリスキー場 シーズン券の販売は 1月31日まで!</p>  <p>販売場所: 駅前交流プラザ「よろーな」と ピヤシリスキー場券売所</p>	<p>名寄市民劇場 写真展</p>  <p>1/28~2/4 市民文化センター</p>	

文 …市民文化センター ス …スポーツセンター 北 …北国博物館 児 …児童センター 天 …天文台 よ …駅前交流プラザ「よろーな」
福 …総合福祉センター シ …ピヤシリシャンツェ ピ …ピヤシリスキー場 健 …なよろ健康の森 ふ …ふうれん地域交流センター

Airてっして
市からのお知らせを放送中

市からのお知らせやイベント
情報などを紹介しています。

◆放送

毎週月~金曜日 ① 8:10
② 12:30
③ 17:10

※災害時には防災・緊急情報
をお知らせします。

名寄市的人口
平成27年11月末日現在

◆人口

全体 28,627人 (-27)
男 13,964人 (-14)
女 14,663人 (-13)
外国人登録者 65人 (0)

◆世帯数

全体 14,279世帯 (-10)
※()は前月末比

広報 なよろ

平成28年1月1日発行 第118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>

E-mail 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

