

# N

Public Relation  
広報なよろ

民生委員・児童委員は  
一番身近な相談相手です 2-5ページ

ひまわりのまちプロジェクト 20ページ

5

May 2017  
No.134

# ayoro



5/31

チャレンジデーに  
参加しよう！

名寄市



名寄市公式  
facebook

写真：風連下多寄小 青空交通安全教室  
(4月20日撮影)

# 民生委員・児童委員は 一番身近な相談相手です



## 民生委員制度は、平成29年に 創設100周年を迎えました

民生委員制度は、大正6年に岡山県で創設された「済世顧問制度」に始まり、以来100年にわたり、住民の一員として、住民視点にたって安心して住み続けることができる地域づくりに取り組んできました。

この間、住民への相談支援とともに、昭和40年代以降、わが国初の「在宅ねたきり高齢者実態調査」をはじめ、「父子家庭の実態調査」「在宅認知症高齢者の介護者実態調査」などを実施。時代に先駆け、種々の福祉課題を明らかにするとともに、そうした社会的な課題改善のための全国運動に取り組み、その後の福祉施策の充実に貢献してきました。

### 民生委員・児童委員とは

担当の地区において、高齢者や障がいのある方、生活困窮者など、支援が必要な方たちへの相談支援活動を行っています。



### 主任児童委員とは

子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。地区の民生委員・児童委員や学校などと連携しながら虐待や非行、育児不安など、子どもと親の抱える問題に対して、相談支援活動を行っています。



表紙	1
もくじ	2
民生委員・児童委員は一番身近な 相談相手です	2 - 5
チャレンジデー	6
町内会に加入しましょう	7
安全な登山・山菜取りを 心がけましょう	8
パブリック・コメント	9
年に1度特定健診を受けましょう	10 - 11
市立総合病院からのお知らせ	12 - 13
フォトでお知らせ - 広報版 -	14 - 15
名寄市立大学の窓から ～知への誘い～	16
もっと！もち米プロジェクト	17
健康ガイド	18
生きがい講座利用者募集 今月の手紙	19
ひまわりのまちプロジェクト	20
男女共同参画社会の実現をめざして 天塩川だより	21
体育施設オープン情報 消費生活センター通信	22
「Airてっし」インターネット配信 健やかな成長を願って	23
施設のお知らせ	24 - 26
暮らしのお知らせ	27 - 31
裏表紙	32

## 心配ごと、悩みごとをひとりで抱えていませんか？

民生委員・児童委員は、あなたの身近な相談相手として、その内容に応じて、関係機関への「つなぎ役」になります。

## 住民の立場になって、まちの福祉を担うボランティアです

民生委員・児童委員は、民生委員法により厚生労働大臣から委嘱された無報酬のボランティアです。

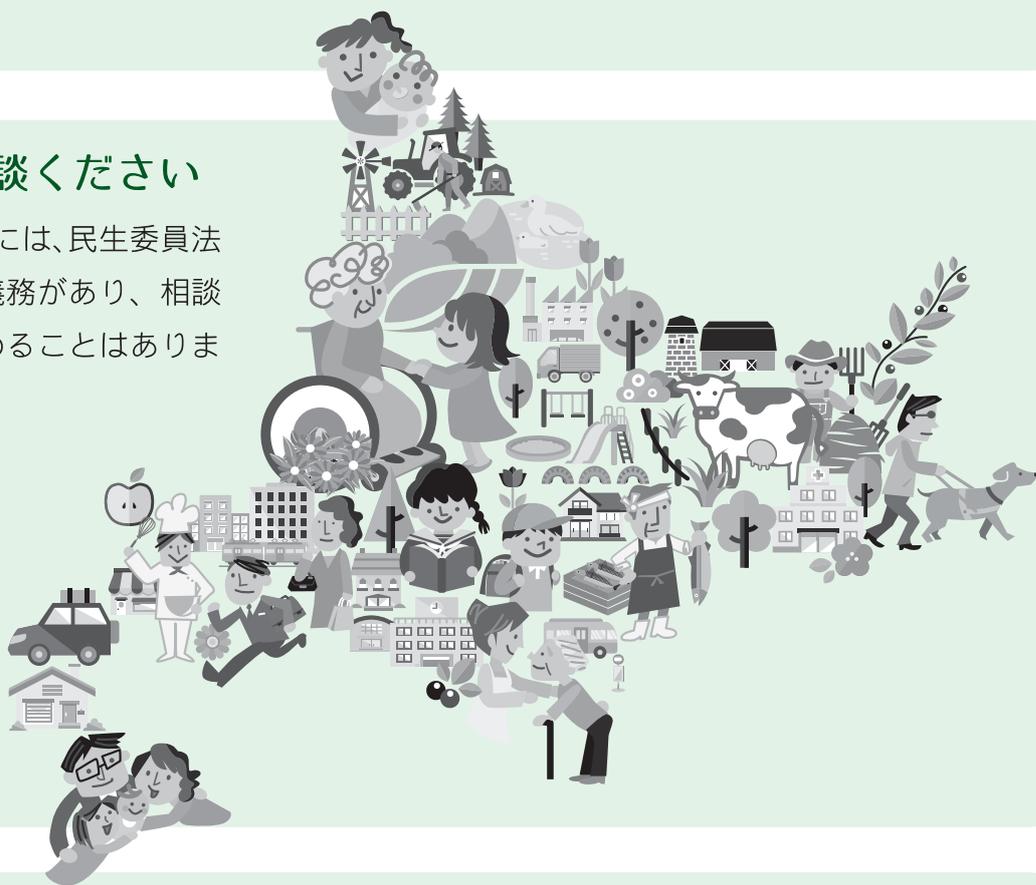
## さまざまな相談に応じます

地域に暮らす身近な相談相手として、医療や介護、子育ての不安など、住民のさまざまな相談に応じています。

そして、その課題が解決できるよう、行政機関をはじめ、必要な支援への「つなぎ役」になります。

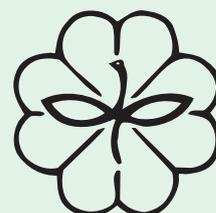
## 安心してご相談ください

民生委員・児童委員には、民生委員法に定められた守秘義務があり、相談内容が他の人に伝わることはありません。



## 民生委員・児童委員のマーク

昭和35年に公募で選ばれたもので、幸せのめばえを示す四つ葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩をかたどって、愛情と奉仕を表しています。



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 主任児童委員 を紹介します



## 民生委員・児童委員

地区 名寄

- ◆ 1区(南9丁目以南)  
大澤 光(西6南9)  
01654③0675
- ◆ 1区(南8丁目以北)  
藤田 邦子(西5南7)  
01654②1135
- ◆ 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  
若槻 規子(西2南4)  
01654③7599
- ◆ 南5区  
鳥谷 由美(西5南5)  
01654②0259
- ◆ 北5区(西6条以东)  
松崎 義昭(西7南3)  
01654②1421
- ◆ 北5区(西7条以西)  
先田 多美子(西6南3)  
01654②1102
- ◆ 第6区  
猿谷 由利子(西2南6)  
01654②3047
- ◆ 7区  
倉本 萬里(西4南8)  
01654③4400
- ◆ 8区  
竹山 利男(大通南8)  
01654②2483
- ◆ 9区  
千々石 奈穂美(大通南5)  
01654②2081
- ◆ 10区  
岡崎 賢子(西2南3)  
01654②0071
- ◆ 11区  
池田 幸真(西2南2)  
01654③9206
- ◆ 東12区(北3丁目以南)  
下澤 道子(東4北4)  
01654③9171
- ◆ 東12区(北4丁目以北)  
國崎 拓也(東4北6)  
01654③7035
- ◆ 西12区  
内海 登久子(大通北3)  
01654②3517
- ◆ 第13区(中央通以北・北東区)  
川又 恵美子(東3北1)  
01654③4398
- ◆ 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)  
宮越 幹男(東3南6)  
01654③0282
- ◆ 第14区(東3条以西)  
川上 春男(東2南11)  
01654②5339
- ◆ 15区  
大友 勝(大通南10)  
01654③2228
- ◆ 16区  
太田 國尾(西1南12)  
01654③0239
- ◆ 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  
和田 禎子(西7北3)  
01654③4881
- ◆ 20区  
永田 順子(西9北3)  
01654②3846
- ◆ 21区  
三品 勝之(西10北3)  
01654③3773
- ◆ 寺町区  
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
- ◆ 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  
柚留木 保秀(西11南3)  
01654③6890
- ◆ 西町2区(豊栄通以东)  
原田 友子(西13南5)  
01654②3181
- ◆ 西町2区(豊栄通以西)  
齋藤 直美(西14南6)  
01654②1573
- ◆ 西町3区(西11条以东)  
渡辺 すみ子(西11南8)  
01654③6844
- ◆ 西町3区(西12条以西)  
中林 かつ枝(西12南7)  
01654③6252
- ◆ 大町区  
荻原 秀仁(西4北4)  
01654②3925
- ◆ 麻生(西6条以东)  
杉永 松代(西5南10)  
01654③5462
- ◆ 麻生(西7条以西)  
坂口 博貴(西8南12)  
01654③6423
- ◆ 旭栄区  
宮越 豊美(東6南2)  
01654③7257
- ◆ 高見区  
中村 幸尚(緑丘13)  
01654③4018
- ◆ 旭ヶ丘区・南が丘区  
三浦 孝幸(緑丘40)  
01654②4843
- ◆ 旭東区・療養所区  
松島 廣志(東5南2)  
01654③7017
- ◆ 旭東北区  
松本 昇(東4北8)  
01654③4084
- ◆ 大橋商工団地  
矢合 利幸(西8北8)  
01654②5091
- ◆ 大橋区(西7条以东)  
田畑 穂積(西10北7)  
01654②2139

- ◆大橋区(西8条以西) 飛田 聖(西8北5) 01654③2489
- ◆砺波 沼澤 勝良(砺波622) 01654②5313
- ◆日進 遠藤 洋子(日進105) 01654②4569
- ◆豊栄区(豊栄川以南)・共和 橋本 香代子(共和360) 01654③4256
- ◆豊栄区(豊栄川以北) 佐藤 真弓(西11南11) 01654③0654
- ◆弥生 木田 芳夫(弥生307) 01654③5089
- ◆曙 阿部 勇(曙421) 01654②4248
- ◆徳田区(17線以南) 神元 笑子(徳田215) 01654③4798
- ◆徳田区(17線以北) 井元 和正(徳田65) 01654③9789
- ◆緑丘・農高区 大沼 良明(緑丘71) 01654②3417
- ◆中名寄 平間 富雄(朝日625) 01654②2010

- ◆瑞穂・内洲 鈴木 俊一(瑞穂639) 01654③2054
- ◆ノースタウン区 武内 弥生(東1北6) 01654②5641
- ◆鉄道区・サンピラー区・マーガレットヴィラ区 松井 栄子(西2南11) 01654②1246
- ◆民生委員・児童委員 地区 智恵文 智恵文智北 越 郁夫(智恵文15線北29) 01654⑧2437
- ◆智恵文八幡・北星 蓑輪 千恵(智恵文11線北23) 01654⑧2424
- ◆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 松澤 正樹(智恵文10線北4) 01654⑧2652
- ◆智恵文親和・智西 鷺田 るり子(智恵文14線北1) 01654⑧2626
- ◆智恵文智南・南 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 地区 風連 風連中央区(旧仲町、旧中央) 石川 敏恵(風連町仲町52) 01655⑦8328
- ◆風連中央区(旧本町)・風連南区(旧南町) 中尾 朋子(風連町本町68) 01655③2062
- ◆風連南区 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 藤原 十三栄(風連町北栄町1) 01655③3169
- ◆風連西区(西町南側) 柿崎 隆弘(風連町西町78) 01655③2728
- ◆風連西区(西町北側) 宮崎 久美子(風連町西町61) 01655③4387
- ◆風連2区 片山 キヨ子(風連町西町205) 01655③2739
- ◆下多寄 山口 祐司(風連町瑞生3501) 01655③4182

- ◆風連豊里 及川 唯夫(風連町豊里1928) 01655③3976
- ◆風連アカシヤ 住田 信幸(風連町中央166) 01655③3308
- ◆東風連(旧9区) 高木 美栄子(風連町東風連3372) 01655③3359
- ◆東風連(旧9区以外) 小林 修(風連町東風連374) 01655③4075
- ◆風連旭 中野 律子(風連町旭2137) 01655③3270
- ◆風連日進(旧12区) 横田 則子(風連町日進3550) 01655②6432
- ◆風連日進(旧13区) 中村 美佐代(風連町日進5100) 01655②6266
- ◆西風連 櫻山 さつき(風連町西風連204) 01655③3525

- ◆主任児童委員 全地区 南5区(西地区) 柳谷 千恵子(西7南5) 01654③7563
- ◆第14区(南地区) 大沼 広明(東4南9) 01654③3407
- ◆栄町区(北地区) 川口 昭子(西13南1) 01654②5244
- ◆大町区(北地区) 武田 智恵子(西5北4) 01654③6962
- ◆旭栄区(東地区) 吉川 一茶(東7南1) 01654③8890
- ◆旭ヶ丘区(南地区) 笹原 博幸(徳田4) 01654③1053
- ◆瑞穂区(西地区) 宗万 広美(瑞穂354) 01654②5519
- ◆旭東北区(東地区) 得能 あけみ(東4北7) 01654③0020
- ◆風連南区(風連地区) 田中 多喜子(風連町緑町30) 01655③3890
- ◆風連北栄区(風連地区) 西村 陽子(風連町北栄町15) 01655③3257

# チャレンジデー



2017

スポーツで元気なまちづくり!

5月31日(水)  
0:00~21:00

## チャレンジデーとは

毎年5月の最終水曜日に世界中で行われるスポーツイベントです。15分以上継続して運動（ジョギング・ウォーキングなど）やスポーツをした市民の参加率(%)を人口規模のほぼ同じ自治体と競い合います。

## 名寄市の過去の成績

通算成績  
11勝12敗

年	結果	対戦相手	名寄市参加率
2014年	○勝	広島県竹原市	62.2%
2015年	●負	福岡県みやこ町	60.8%
2016年	●負	徳島県三好市	61.0%
		鹿児島県阿久根市	

昨年は1.8%差で敗退…(三好市参加率62.8%)

美郷町は、秋田県の南部、仙北平野南東部に位置し、奥羽山脈のすそ野、仙北平野に清らかな水が広がる自然豊かな町です。美郷町では清らかな水をモチーフとした「美郷のミズモ」が町のイメージキャラクターになっています。美郷町には、約2ヘクタールの広大な畑に2万株ものラベンダーが咲き誇る美郷町ラベンダー園があり夏の風物詩となっています。

【人口】20,290人 【通算成績】2勝2敗  
【昨年参加率】66.7%



今年の対戦は…

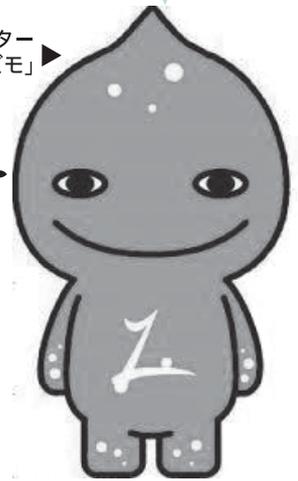
# 名寄市 vs 美郷町

参加目標18,350人(65%)

チャレンジデーに参加して

## 美郷町に勝利しよう!

秋田県 三郷町のイメージキャラクター「美郷のミズモ」



## CHALLENGEDAY イベント CHALLENGEDAY

### 朝のラジオ体操会 6:20

名寄小・名寄南小・名寄西小・名寄東小・市民文化センター(西側駐車場)・中名寄小・智恵文中・風連下多寄小・風連中央小・旧東風連小・風連中・風連日進コミュニティセンター・保健センター・一部の町内会などで開催します。  
※雨天時は屋内で開催。参加賞を用意しています。

**78.9 Airてっし** でラジオ体操を放送します!

6:30、8:40、12:40、17:40の4回  
※多少時間が前後する場合があります。

### 市民綱引き大会

- とき 16:00 小・中学校の部  
18:30 北鼓童なよろ演舞、一般の部
- ところ スポーツセンターアリーナ (上靴用意)
- 申込期限 5月22日(月)
- 申し込み・問い合わせ  
市民文化センター ☎01654②2218

### 各種スポーツイベント

- パークゴルフ大会  
8:00 なよろ健康の森P G場 (名寄市日進)  
9:00 東地区運動広場(風連町改善センター前)  
天塩川さざなみ公園P G場 (風連町瑞生橋下)
- グラウンドゴルフ大会  
9:30 天塩川緑地内G G場 (名寄市曙橋下)
- ゲートボール大会  
9:00 スポーツセンターG B場
- 体操教室  
9:30 総合福祉センター  
※用具は各自でご用意ください。



## チャレンジデー集計本部

☎01654③2111

15分運動  
したら報告  
しよう!

※市ホームページでも報告可能です。  
※報告は当日の21:30まで受け付け。

当日は市内の  
体育施設を無料開放!  
詳しくは各施設へ問い合わせください。

# 町内会に 加入しましょう

## ★ 安心して暮らせる地域づくりを 支えているのは「町内会」です

名寄市では、現在81の町内会が暮らしやすい環境づくりのために、公園や道路の草刈りや清掃、防犯灯や街路灯の管理、市などからの広報配布などの情報提供を行っています。また、子どもをはじめとする地域住民の見守りなどさまざまな活動も行われており、多くの皆さまの参加によって豊かな地域づくりがすすめられています。

町内会は地域に住む皆さまにとって  
一番身近な組織です



## ★ 町内会では こんな活動をしています

### 市などからの情報の回覧

広報の配布のほか、市やその他行政機関からのお知らせ、催しの情報などの回覧・掲示を行っています。



### きれいな環境づくり

地域での清掃活動やごみの減量に向けた取り組みなど、清潔で快適なまちづくりのための活動を行っています。



### 町内会の活動

### ふれあい活動



地域のお祭りや親睦会、子ども会、敬老会など、住民の皆さまのふれあいの場を作っています。

### 安全・安心の地域づくり



災害に備えた防災訓練や、犯罪を起こさせないための防犯パトロールなど、地域の安全・安心のための活動を行っています。

## ★ 町内会に 加入するには

お住まいの地域の町内会長に連絡して、加入します。自分の町内会や町内会長がわからない場合は、町内会連合会事務局でも加入の手続きができますので、ご連絡ください。



### ◆問い合わせ

名寄市町内会連合会事務局 (名寄庁舎 3階 企画課企画調整係)

☎ 01654③2111 (内線3311)

アウトドア  
シーズンが  
やってきました

# 安全な登山・山菜取りを 心がけましょう



## 登山・山菜取り・ハイキング などでの遭難事故に注意

本格的なアウトドアシーズンが到来し、登山・ハイキング・山菜取りなどに出かける方も多くなります。特に山菜採りでは、笹藪も深く遭難事故に発展する事案も出てきますので、十分に注意して山の自然を楽しんでください。万が一遭難した場合は、多額な費用(救助に関する費用)の自己負担が発生する場合がありますので十分注意してください。

遭難事故を防ぐための7つのポイント(登山ガイドから)

行き先と帰る時刻を必ず家族に伝えましょう

単独での入山はできるだけやめましょう

必ず入山届に名前と住所を記入しましょう

目立つ色の服装で、防寒対策をして出かけましょう

迷ったら、むやみに歩き回らず落ちて行動しましょう

携帯電話や笛、ラジオ、非常食、テープ、懐中電灯などを携行しましょう

午後3時までは下山しましょう



## ヒグマに注意

市内の山林では、毎年ヒグマの目撃があります。登山、山菜取りで山林に入るときは、音の出るもの(ラジオ、鈴など)を携行してヒグマに出合うことのないよう注意してください。万が一ヒグマに出合ったときは、あわてず落ち着いて行動してください。

野山でヒグマに遭わないための基本的なルール

事前にヒグマの出没情報を確認する

※市ホームページ>>暮らしの情報>>防犯・安全>>生活安全情報>>ヒグマに注意!名寄の出没・目撃情報

単独行動を避け、複数で行動する



鈴など音の出るものを鳴らす



クマの足跡やフンを見つけたら、すぐに引き返す



## 山火事注意

4月21日(金)~5月31日(水)は林野火災予防強調期間です。林野火災の出火原因は、「ゴミ焼き」「たばこのポイ捨て」「たき火」などの火気の取り扱い不注意や、不始末による人為的な過失によるものが大半を占めています。火災原因によっては、賠償責任が発生します。強調期間中はもとより、期間外においても林野火災を起こさないように注意してください。

野焼きなどを行う場合の注意点

風の強い日は避ける  
※天候によっては風が吹いていなくても突然吹き始め、風向きが変わる場合があります。

一度に広い範囲で行わず、刈った草などは少しずつまとめ区画ごとに行う

複数人で行い、監視する人や消火する人などの役割分担を決める

火のそばを離れず、必ず消火準備が整ってから行う

山林への延焼の恐れがある場所では行わない



### ◆問い合わせ

- ①ヒグマの目撃情報・山火事に関すること… 耕地林務課林務係(風連庁舎1階) ☎01655③2511(内線317)
- ②遭難予防に関すること… 防災担当(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3380)
- ③ピヤシリ山・ピヤシリ自然休養林に関すること… 営業戦略課(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3343)

皆さんの  
意見を反映する

## パブリック コメント

# 市民意見を募集します

市では、市民参加のまちづくりを推進するため、「名寄市パブリック・コメント手続条例」に基づき、次の素案を公表します。皆さまのご意見をお寄せください。

## 意見募集する 素案など



### 名寄市公営住宅等長寿命化 計画・平成29年改定版素案

#### ◆計画案の概要など

平成22年度に策定した名寄市公営住宅等長寿命化計画に基づき、住宅に困窮する市民への居住の安定確保と、住宅の質の向上、少子高齢化などの社会的なニーズに対応するため、予防保全的な維持管理や長期的な活用に資する改善事業などを実施して、建物の長寿命化を図ってきました。

計画策定から6年が経過し、市営住宅を取り巻く状況も変化しているため、新たに内容を見直し、平成38年度までの市営住宅に関わる確かな供給と効果的な活用方法を示した計画を策定するものです。

#### ◆担当

建設水道部建築課建築係

☎01655③2511

(内線224)

## 公表と 意見提出



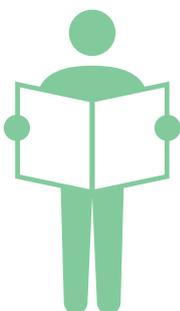
### 公表の方法

#### ◆名寄市ホームページでの閲覧

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

#### ◆指定場所での閲覧

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



## 意見の提出

#### ◆提出方法

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

※「意見提出用紙」は市ホームページからもダウンロードできます。

#### ◆提出期限

5月19日（金）

#### ◆提出先

〒098-0507

名寄市風連町西町196番地1

名寄市役所風連庁舎

建設水道部建築課建築係

FAX 01655③3450

✉[ny-public@city.nayoro.lg.jp](mailto:ny-public@city.nayoro.lg.jp)



## パブリック・コメント実施結果

意見募集した素案など	第2次名寄市男女共同参画推進計画(素案)	第2次名寄市農業・農村振興計画(素案)
募集期間	平成29年2月20日(月)～3月21日(火)	平成29年2月20日(月)～3月21日(火)
意見等の提出者数・件数	提出者0人／0件(0項目)	提出者1人／4件(4項目)
実施の結果	修正なし	修正あり
問い合わせ	総務部企画課 ☎01654③2111(内線3305)	経済部農務課 ☎01655③2511(内線310)

※意見等の詳細はパブリック・コメント各閲覧場所または市ホームページ(トップページ>お役立ち>パブリック・コメント>平成28年度名寄市パブリック・コメント実施結果一覧)をご覧ください。

# 年に一度特定健診を受けましょう

## 平成27年度国民健康保険特定健診の実施状況

名寄市では国保に加入する皆さまの健康を守るため、健診や保健事業に取り組んでいます。

平成27年度の名寄市国保特定健診受診率は29・8パーセントで、受診者の男女別・年代別の受診率は「表1」のとおりです。

年代が上がるに伴って生活習慣病発症率も上がるため、若いときからの健診受診は病気の早期発見のために大変有効です。

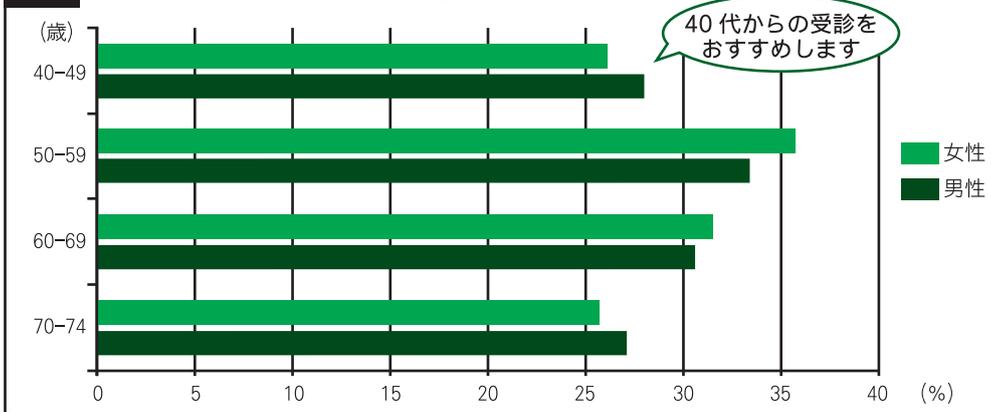
症状はなくても40代から健診を受け続け、自分の生活・食生活を振り返りながら健康状態を確認することが大切です。



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

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

表1 平成27年度 男女別・年代別特定健診受診率



## 適正な腹囲を保ちましょう

特定健診では血液検査のほか、腹囲測定を実施しています。

おなか周りを測ることに抵抗感がある方もいると思いますが、脂肪細胞内に脂肪がたまりすぎると、さまざまな生理活性物質が出て、高血糖や高血圧などの生活習慣病が促進されるため、腹囲の確認はとても大切です。

### 内臓脂肪の基準値 (ウエスト径周囲)

- ・男性…85cm未満
- ・女性…90cm未満

### 体重の基準値

- ・BMI基準 18.5～24.9
- ・BMIの求め方  
= 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)



体重は標準内でも、腹囲は基準より大きい方がいます。

「自分は少しおなかが出ていただけで太ってない」と思っているも、生理活性物質による動脈硬化によって少しずつ血管は傷んでいきます。

心臓病・脳卒中・腎臓病といった重篤な病気を招かないように、適正な腹囲を維持しましょう。

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

## 平成29年度 特定健診の日程

※30歳以上の市国保加入者は無料で健診を受けられます。

種類	総合検診	組み合わせ検診	個人検診
特徴	最寄りの市内施設で受診できます	・無料送迎バスつき ・乳がん・子宮がん検診をセットで受診できます	・受診日を決められる ・乳がん・子宮がん検診をセットで受診できます
とき・ところ	保健センター 8月3日(木) 8月4日(金) 8月5日(土) 8月6日(日) 8月7日(月) 8月8日(火) 10月31日(火) 11月1日(水) 平成30年1月15日(月) 1月16日(火) ふうれん健康センター 6月25日(日) 6月26日(月) 6月27日(火) 11月3日(金・祝) 平成30年1月13日(土) 1月14日(日) 風連日進コミュニティセンター 6月24日(土) 智恵文多目的研修センター 11月2日(木) 総合福祉センター 8月9日(水)	旭川がん検診センター 6月29日(木) 6月30日(金) 7月3日(月) 10月25日(水) 10月26日(木)	旭川がん検診センター 平成30年3月31日 まで随時 
同時に受けられる検診	胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス・エキノコックス症	胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん・子宮がん・肝炎ウイルス・エキノコックス症	
検査内容	計測(身長・体重)・血液検査・問診 血圧測定・尿検査・医師による診察	<b>血液検査項目</b> 糖尿病・痛風(高尿酸) コレステロール(脂質異常) 腎臓・肝臓などの10種類	

### 各種がん検診(健診と同時に受診できます)

種類	検査内容	料金
胃がん	胃のバリウム検査	無料
肺がん	胸のレントゲン検査	
大腸がん	検便検査 (自宅で便を2回採ります)	
エキノコックス症	血液検査	1,400円
肝炎ウイルス		
前立腺がん	マンモグラフィー	無料 (2年に1回)
乳がん	頸部細胞診 とエコー検査	
子宮がん		

### 各種健診の申し込み

保健センター(西2北5) ☎01654②1486

### その他問い合わせ

市民課国保高齢医療係(名寄庁舎1階)  
☎01654③2111(内線3115)

### 「健診を受けてよかった」という声が寄せられています

もともと健康には自信があり受診・検査をしていなかった。今回の検査で身体の中から健康であることが確認できて安心した。



退職して生活が大きく変化したので体のことが気になり受診した。健康には自信があったが、血液の状態までは分からないので調べてもらって良かった。



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



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



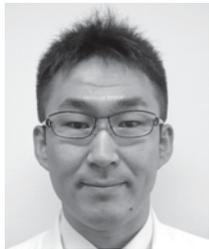
# 新たに着任した医師を紹介します

名寄市立総合病院は、地方・地域センター病院に加え、救命救急センター機能を持つ医療機関として、名寄市民はもとより、道北地方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の役割を果たしてまいります。平成29年度は、18診療科73人体制で診療業務を行っています。

今回、新たに着任した29人の医師を紹介します。



麻酔科  
たておか かずよし  
館岡 一芳 診療部長



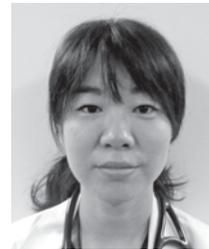
消化器内科  
ふじばやし しゅうご  
藤林 周吾 医長



糖尿病・代謝内科  
つじ けん  
辻 賢 医長



救急科  
いながき やすよし  
稲垣 泰好 医長



循環器内科  
とよしま さらさ  
豊嶋 更紗 医員



循環器内科  
とくの りょうた  
徳野 翔太 医員



呼吸器内科  
きだ りょうたろう  
木田 涼太郎 医員



消化器内科  
うえはら きょうこ  
上原 恭子 医員



小児科  
さとう まさゆき  
佐藤 雅之 医員



小児科  
いまにし りな  
今西 梨菜 医員



外科  
きむら りょうたろう  
木村 弘太郎 医員



外科  
なかつ ともき  
中津 知己 医員



整形外科  
くらもち ひろふみ  
倉持 宏行 医員



脳神経外科  
ふじかわ せいや  
藤川 征也 医員



産婦人科  
いしだ くみこ  
石田 久美子 医員



泌尿器科  
くさかべ なおひさ  
日下部 直久 医員



皮膚科  
なかがわ ともえ  
中川 智絵 医員



麻酔科  
やまもと けんじ  
山本 兼二 医員



麻酔科  
ただ まさひろ  
多田 雅博 医員



救急科  
たなか まさひろ  
田中 雅裕 医員



研修医  
いとう けいた  
伊藤 啓太 医師



研修医  
しばがき けいすけ  
柴垣 圭佑 医師



研修医  
よし い みか  
由井 美佳 医師



研修医  
いしかわ しょうた  
石川 雄大 医師



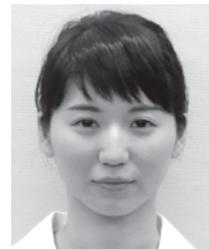
研修医  
わ ち しゅうたろう  
和知 修太郎 医師



研修医  
すなだ だいき  
砂田 大貴 医師



研修医  
ほりかわ だいしげ  
堀川 大介 医師



研修医  
いわはら もこ  
岩原 素子 医師



研修医  
ふなやま たくや  
船山 拓也 医師

診療受付時間  
 午前 8:00～11:30  
 午後 13:00～15:15  
 ※土曜日・日曜日・祝日は休診

# 外来診療の受付 (平成29年4月現在)

○=診療可能 ×=診療不可 △=一部診療あり

科目	曜日	受付区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	備考
循環器内科	午前		○	○	○	○	○	・予約変更は循環器内科に直接連絡してください。 ※初診の予約は行っていません。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
呼吸器内科	午前		○	○	×	○	出張医	※初診の予約は行っていません。 ※予約外は待ち時間が長くなります。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
神経内科	午前		×	×	出張医	×	×	・完全予約制。予約センターで予約してください。 ・毎月第1・3水曜日のための診療です。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	午後		×	×	出張医	×	×	
消化器内科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
糖尿病・代謝内科	午前		○	○	○	○	○	・完全予約制。新患の方は予約センターで予約してください。 ※初診の方は紹介状が必要です。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
総合内科	午前		○	○	○	○	○	・予約は行っていません。
	午後		※午後の診療は行っていません。					
小児科	午前		○	○	○	○	○	・1カ月健診(毎週火・水・木曜日)は予約センター、専門外来は小児科外来で予約できます。 ・ワクチン予約は接種希望日の2日前16時まで。
	午後		○	○	○	○	○	
外科	午前		○	×	○	×	○	・予約センターで予約可能。 ・水曜日午後は原則予約のみ。 ・月・水(初診)・金曜日は午前10時から診療します。
	午後		×	×	△	×	×	
心臓血管外科	午前		×	○	×	○	×	・予約センターで予約可能。 ・下肢静脈瘤外来は予約が必要です。 ・■=下肢静脈瘤外来
	午後		×	○再診	×	■	×	
整形外科	午前		○	○	○	○	○	・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。
	午後		×	×	×	×	×	
脳神経外科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・水曜日の受け付けは10時30分までです。
	午後		×	×	×	×	×	
産婦人科	午前		○	○	○	○	○	・第2火曜日午後は専門外来のみ。 ※予約外は待ち時間が長くなります。 ・母乳の相談は外来に電話で確認ください。
	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		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。 ・午後は14時から診療します。
	午後		○	○	×	○	○	
泌尿器科	午前		○	○	○	○	■	・完全予約制。新患の方のみ予約センターで予約してください。 ・■=特殊外来
	午後		×	×	×	×	×	
皮膚科	午前		○	○	○	○	○	・予約センターで予約可能。
	午後		×	○	○	×	○	
心療内科・精神科	午前		○	○	○	○	○	・初診は心療内科・精神科外来で直接予約。(水曜日を除く) ・再診予約の変更は予約センターで可能。
	午後		×	×	×	×	×	
ペインクリニック 外来	午前		×	×	×	×	不定出張医	・予約センターで予約してください。 ・月1回出張医が不定期で診察します。
	午後		※午後の診療は行っていません。					

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、小児科外来に直接連絡してください。
	外科	乳腺外来	・月2回木曜日午後。予約制。
	産婦人科	不妊・不育症外来	・毎月第2火曜日午後。予約制。
		更年期外来	・毎月第3金曜日午後。予約制。

●日帰り人間ドックは火・木曜日、脳ドックは火・木曜日に実施しています。(事前予約制)

●産婦人科母科学級は、毎月第2・4火曜日14時からです。

★一部の診療科を除き、予約のない方の診療も行ってありますが、あらかじめ予約することをお勧めします。

★医師の出張などにより、診療体制が変更になる場合があります。

・診察券をお持ちの方は、必ず持参ください。忘れた場合は、再発行します。(実費100円)

新患の方は、  
午前中に受診し  
てください。



お願い！電話で予約の際は診察券を準備のうえ予約してください。

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、午後でも電話がつな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

3/27 春休み子ども英語クラブ



春休み中の小学生を対象に市民文化センターで開催されました。初日のこの日は29人の児童が参加。アンジェラ先生とジョン先生の自己紹介の後、アルファベットを楽しく学びました。

楽しく英語を学ぶ

3/19 少年少女オーケストラ フェスティバルin名寄



日本最北の「名寄市少年少女オーケストラ」の設立を記念して、市民文化センターで開催。名寄のほか、江別、岩見沢、千歳、小樽、岩手花巻のジュニアオーケストラが出演しました。

ジュニアオーケストラが名寄に集結

4/4 市立大学図書館オープン



オープン式では、設置者として加藤市長が「地域のシンクタンクとして大学がさらに発展する基盤ができた。学生、教員、地域の皆さんがここで学び、地域が発展する礎となることを期待します」とあいさつ。続いて、来賓からの祝辞、佐古学長の謝辞の後、テープカットが行われました。その後、オープン式参加者や市民などが参加し、図書館見学会が行われました。

一般利用者が入館できるのは5月1日(月)から

3/28 健康あるキング表彰式 健康マイレージ抽選会



ウォーキングの歩数を競う「なよろ健康あるキング」の入賞者に表彰状などが手渡され、健康イベント参加などの目標達成を目指す「なよろ健康マイレージ」の達成者に景品が当たる抽選会も行われました。

自分に合った健康づくりに取り組みました

4/6 名寄小入学式



新入生33人が大きな拍手で迎えられ入場。在校生たちは「地球星歌」を合唱し、「1年生らしい元気いっぱいな姿をたくさん見せてください」と新入生を歓迎しました。

楽しい学校生活のスタート



4 / 6~15 春の全国交通安全運動



4月6日の市内小中学校入学式当日に新入学児童交通安全キャンペーン「ぼくも・わたしもフォトで交通安全」が中名寄小学校の玄関前で、9日には市民交通安全「くるまパレード」が名寄自動車学校を出発点に、10日は交通事故死ゼロを目指す「旗の波運動」が国道40号沿い市内百貨店前で行われました。悲惨な交通事故をなくすため、交通安全意識の高揚や交通死亡事故防止の徹底を図りました。



4 / 10 白鳥がやってきた！



市内に多くの白鳥が飛来し、河川や田んぼなどの水辺で羽を休めていました。渡り鳥の白鳥は、夏場を過ごすシベリアやオホーツク海沿岸に向け飛び立っていきました。



4 / 20 風連下多寄小 青空交通安全教室



児童8人は自転車の乗り方や交通ルール、注意することなどの説明を受けたあと、自分の自転車をそれぞれ点検。その後、自転車に乗り校舎周辺を走行しました。



4 / 7 セブン-イレブン・ジャパン と協力協定を締結



「災害時における応急生活物資供給の協力に関する協定」と、支援を必要としている方を早期に発見するための「名寄市地域見守りネットワーク事業協力事業者協定」を締結しました。



4 / 13 木星観望会



市立天文台きたすばるで開催。日沈後の南東の空に大きく輝く木星と、その周りを回るガリレオ衛星を見ることができました。

最近、マスメディアでも、「権利擁護」という言葉を見聞きすることが多くなりました。平成25年3月14日、成年後見人が付くと選挙権を失うと定められた当時の公職選挙法の規定は、違憲無効であるとの東京地裁の判決がありました。その翌日の北海道新聞朝刊の見出しには、「権利擁護、世界の潮流」と大きく掲げられました。

介護保険制度の中核となる地域包括支援センターの重要な業務の1つとして権利擁護事業があり、また近年、権利擁護センターを設置する自治体も増えてきています。このように、社会福祉領域を中心にさまざまなところで見かける「権利擁護」とは何でしょうか。それを知る手がかりは、わが国において、法と社会福祉が関わりを持つようになった経緯にあります。「権利擁護」には、権利侵

害の救済としての「権利擁護」と、利用者の自己決定の支援としての「権利擁護」との2つの意味があります。高齢者や障がい者への身体的虐待、年金の搾取などの人権侵害は古くからあり、これらの弱い立場の人々の人権を回復するために立ち上がったのが、人権を守るプロである法律家たちでした。

平成3年、東京都社会福祉協議会で有志の弁護士たちが始めたのが、権利擁護センター「すてっぶ」で、今まではあまり関わりがなかった福祉職と連携を取りながら支援の活動をし、この試みは各地に広がっていきましました。これが、権利侵害の救済としての「権利擁護」です。

一方、わが国は平成12年頃に社会福祉基礎構造改革という社会福祉の仕組みの大転換期を迎えました。その大きな柱として、福祉サ

ービスの提供方式が、行政が主導となる措置制度から福祉サービスの提供者と利用者との間の契約に基づくものとなりました。そうなる、判断能力の低下した認知症などの高齢者、知的障がい者などが、事業者と対等な立場で交渉し、契約をするための支援が必要となります。これが、利用者の自己決定の支援としての「権利擁護」であり、その担い手として新たに期待されるようになったのは、利用者の「最善の利益」、すなわち、その人が本当は何を望み、どのような生活をしたいと願っているのかという利用者の「声なき声」を探ることができるソーシャルワーカーだったので。

このように「権利擁護」とは、いまや福祉を志す者にとって重要な理念であると同時に、業務に従事するにあたっての道しるべであり、「権利擁護」の担い手である

ことは、ソーシャルワーカーの専門職としての誇りでもあります。

本学でソーシャルワーカーを目指す学生たちは、「権利擁護」を実現するためのさまざまな法律制度、資源、支援方法について学びを深めています。成年後見制度の概要、成年後見人の職務の実際を知り、また、制度を高齢者、障がい者の虐待防止、地域の高齢者の消費者被害の防止に活用する方法を促進するための自治体の支援体制づくりなどを学ぶことで、将来の「権利擁護」の担い手としての力を蓄えています。



**大学図書館へようこそ！**

新しくなった大学図書館は、5月1日(月)から市民の皆さまへの利用を開始します。

- ◆入退館は2階の入口をご利用ください。  
(2階入口の自動ドアから入館し、ゲート前のプザーを押してください)
- ◆従来の貸し出しカードは、そのまま使用できます。
- ◆入退館ゲートの通過と自動貸出機が利用できるICチップ付き図書貸し出しカードの発行を希望する方は、大学事務局で発行します。(有料)

**大学図書館にはこんな本があります**

～～図書館員のおすすめ図書～～

- 『権利擁護が支援を変える』 たけはたひろし 竹端寛/著 現代書館
- 『エピソードで学ぶ成年後見人』 いけだえりこ 池田恵利子ほか/編 民事法研究会
- 『社会福祉と人権』(シリーズ・福祉を知る1) きはらかつのぶ 木原活信/著 ミネルヴァ書房

**◆問い合わせ**

- 名寄市立大学事務局 ☎01654②4194
- 名寄市立大学図書館 ☎01654②4199(内線4201)

# もっと！ もち米プロジェクト

※  
25

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  
(農務課農政係・風連庁舎1階)  
☎01655③2511(内線312)  
ホームページ    
<http://nayoro-mochigome.com/>

名寄市はもち米生産日本一のまちです。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。

## あれもこれも、もちろん「もち」！



日本一のもち米の里・名寄市には、まちの至るところに「もち」がたくさん！その一部を紹介します。



### なよろもち大使

名寄産もち米のPR大使、その名も「なよろもち大使」。8月開催の「もちつきチャンピオン決定戦」の優勝者にその称号が与えられます。

### もち米給食

赤飯やもち粉パン、もち米コロッケなどの献立を積極的に取り入れています。腹持ちの良いもち米は、なよろっ子のパワーの源！



### カントリーサイン

名寄市が誇る星空と、一面に広がる田んぼを背景に、もち米の稲穂・ひまわりを伸びゆくおもちで表現したものです。



### 名寄市観光キャラクター「なよろう」

市民に愛されるゆるキャラ「なよろう」。もちが大好きすぎて、頭も体ももちになってしまった男の子です。

## 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25

商品名 **NAYOROベーグル** / 販売者 **NAYOROベーグル** (名寄市日進1106 ※ソフトクリーム千花よこ)



発売開始以降、お店を代表する人気商品である「NAYOROベーグル」は、名寄産もち米「はくちょうもち」と士別市多寄町産小麦粉「春よ恋」を原料に使っています。素材にこだわり、一つひとつ手ごねで作っている商品です。店内では、その場で作るベーグルサンドの提供や、ラクレットチーズをかけて食べられるコーナーも設けられています。

※店舗のほか、道の駅なよろ、駅前交流プラザ「よるーな」でも販売しています。

### 商品メモ

小麦粉のみで作られた通常のベーグルももちりとした食感ですが、この「NAYOROベーグル」は炊いたもち米を練り込むことで、今までにないもちもち食感を引き出しています。

# なよろ健康マイレージ

自分にあった健康づくりに取り組んで  
特典をゲットしよう!

## 特典1

マイレージ達成で  
もれなく「達成賞」  
がもらえます。

## 特典2

マイレージ達成者を対  
象とした「抽選会」を実施  
します。「健康グッズ」や  
「地場産品」などがも  
らえます。



事業期間 平成29年6月1日から平成30年2月28日まで  
対象事業

- 1 各種健(検)診受診  
市が実施する特定健診、がん検診、職場検診など
- 2 健康に関する教室・講演会等への参加  
健康教室、なよろ健康まつりなど(選択)
- 3 個人の健康目標の設定と実行  
ウォーキング、ラジオ体操、禁煙など

18歳以上対象



①②③の対象事業をクリアするとマイレージ達成となります!

※事業の詳細は、市ホームページ、各公共施設などに掲示するポスターやチラシ  
をご覧ください。

## タッチケアサロンの のご案内

赤ちゃんとの触れ合いを通し、育児や生活の情報など、お茶を飲みながら気軽にお話しませんか?

- ◆とき 5月9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)  
14:00~15:30
- ◆ところ 市立大学 図書館1階 会議室
- ◆内容 タッチケア(マッサージ)、学生による手遊び、茶話会、育児相談、など
- ◆対象 12カ月までのお子さんと保護者、妊娠中の方
- ◆持ち物 パスタオル、ベビーオイルやローション(使用している方)
- ◆講師 日本タッチケア協会認定指導者  
市立大学 保健福祉学部 看護学科  
教授 笹木葉子 / 准教授 加藤千恵子
- ◆申し込み・問い合わせ

市立大学 笹木研究室 ☎01654②4194(内線3216)  
件名を「タッチケア」で送信 ✉sasahappa@nayoro.ac.jp

要申込

無料

# 健康 ガイド

## 申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)

☎01654②1486

FAX 01654②7267

開館 9時~17時30分

休館 土・日・祝日・年末年始

ふうれん健康センター

(風連町本町76)

☎01655③2373

開館 9時~12時(月曜のみ)

## 休日当番医 急患に限ります

5月3~5日 市立総合病院

☎01654③3101

7日 名寄三愛病院

☎01654③3911

14日 あべクリニック

☎01654⑨7011

21日 市立総合病院

☎01654③3101

なよろ眼科

☎01654③0746

28日 たに内科クリニック

☎01654③1223

6月4日 市立総合病院

☎01654③3101



…救急医療情報案内……

フリーダイヤル

☎0120(20)8699

## 子育て保健 ミニカレンダー



5月

- 1日(月) のびのび親子教室
- 9日(火) 1歳6カ月児健診
- 12日(金) 親子ふれあいひろば
- 15日(月) 股関節脱臼健診  
風連幼児健診
- 16日(火) ちびっこひろば①
- 23日(火) ちびっこひろば②
- 25日(木) 3歳児健診
- 26日(金) 親子ふれあいひろば
- 29日(月) 赤ちゃん計測日
- 31日(水) 7カ月児健診・BCG

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

# 平成29年度 生きがい講座利用者を 募集します

60歳以上

受講無料  
※材料費は自己負担です。



趣味活動を通じて創造性豊かな生活をしながら交流を深めませんか。

## 手びねり陶芸

- ◆とき  
【1班・2班】  
隔週水・金曜日  
9:30～14:00  
※1班と2班がそれぞれ1週間おきに行います。
- ◆ところ  
市民文化センター  
(西13南4)



## アートフラワー

- ◆とき  
毎週火・金曜日  
9:30～13:30
- ◆ところ  
総合福祉センター  
(西1南12)

## シニアコーラス

- ◆とき  
5月13日(土)14:00  
市民文化センター  
でコンサート開催!  
毎週木曜日  
13:30～15:30
- ◆ところ  
総合福祉センター  
(西1南12)



## 手芸

- ◆とき  
毎週木曜日  
9:30～15:00
- ◆ところ  
総合福祉センター  
(西1南12)

※定員になり次第、募集を締切らせていただく場合があります。

### ◆申し込み・問い合わせ

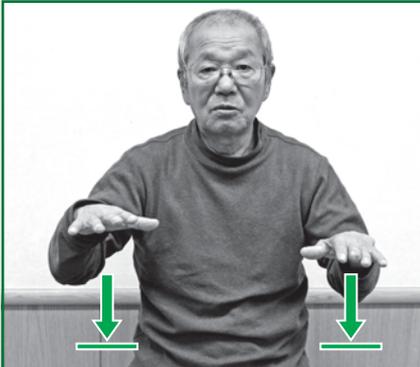
高齢者支援課高齢福祉係(名寄庁舎2階) ☎01654③2111(内線3231、3232)

# 今月の手話

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

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

## その14「今日」



両手の手のひらを下に向け、軽くおさえつけます。



### 解説

「今」、「現在」も同じ表現です。  
口話(口の動き)で区別します。

### 今月の講師

上川北部聴覚障害者協会名寄支部(※)  
藤森 元年さん

※名寄近郊に住む聴覚障がい者の会です。

# ひまわりのまち

# プロジェクト

名寄市観光交流振興協議会では、本市を訪れる皆さんを「ひまわり」でお迎えする「ひまわりのまちプロジェクト」を進めています。「どこに行っても『ひまわり』のあるまち」を目指し、全国的にひまわりで元気を発信するための活動を行っています。



## ひまわりの「種」無料配布

どこに行っても「ひまわり」のあるまちを目指して、市内9カ所でひまわりの種を無料配布します。ご家庭はもちろん、会社や学校、町内会などの団体で庭先や玄関先、花壇などに「ひまわりの種」を植えて、一緒に「ひまわりのまち」をつくりませんか？

### ◆ひまわりの種類

夏りん蔵（1メートルくらいに成長）

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

### ◆種の配布場所

市役所名寄庁舎（1階総合窓口）、市役所風連庁舎（1階地域住民課）、智恵文支所（智恵文多目的研修センター）、市民文化センター、観光案内所（駅前交流プラザ「よろーな」1階）、風連商工会（ふうれん地域交流センター1階）、なよろ温泉サンピラー、サンピラー交流館、市立天文台きたすばる

### ◆配布期間

5月2日（火）～31日（水）

### ◆その他

種の受け取りの際には、名簿に名前と住所の記入をお願いします。

育て方のポイント！

- ・日当たりの良い場所を好みます
- ・土の表面が乾いたらたっぷり水を与えてね



## ひまわりボランティア（募集中）

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

### ◆ひまわりを大切に育てられる方なら誰でもOK

個人・団体を問いません。また無償ボランティアとなります。

### ◆ボランティアの仕事

6月に種まき、7月の除草などシーズン中に2～3回の作業を行います。

### ◆登録が必要

ひまわりボランティアは事前に登録が必要です。（電話またはメールで登録してください）登録された方に日程と作業内容をお知らせしますので、都合の良いときに参加ください。

### 問い合わせ・ボランティア登録

【名寄市観光交流振興協議会事務局】

①営業戦略課（名寄庁舎3階）

☎01654③2111（内線3343） ✉ny-eigyo@city.nayoro.lg.jp

②NPO法人なよろ観光まちづくり協会（駅前交流プラザ「よろーな」1階）

☎01654⑨6711 ✉miura@nayoro-kankou.com





# ポジティブ・アクションとは

## ポジティブ・アクションとは

「自分の職場では、男女とも同じ取り扱いをしている」と思っている、固定的な性別による男女の役割分担意識や過去の経緯から、「営業職に女性がほとんどいない」「管理職は男性が大半を占めてい

る」などの差が男女労働者の間に生じている場合、このような差を解消しようと、個々の企業が行う自主的かつ積極的な取り組みをいいます。

## シンボルマーク「きらら」

ポジティブ・アクションの頭文字「P」と「a」を組み合わせ、創造と活力あふれる女性の姿をデザイン。女性の能力発揮を図り、男女の均等な機会や待遇の確保のために企業が取り組む、男女平等の社会づくりが浸透し、男女ともいきいきと活躍する未来の実現をアピールしたものです。



…と考えていませんか？

人材の能力がフルに発揮されれば、企業にとって大きなプラスになります！



ポジティブ・アクション  
普及促進のためのシンボル  
マーク「きらら」

問い合わせ 企画課男女共同参画担当(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3305) ✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

## 剣淵町 けんぶち桜まつり

とき 5月4日(木)  
ところ 桜岡キャンプ場(剣淵町東町)  
内容 桜満開の桜岡公園で花見を楽しめるほか、近くの桜岡湖水ではカヌーを楽しめます。さらに、イベントくじや、もちまきなど盛りだくさんの内容です。

問い合わせ 剣淵町観光協会  
☎0165(34)3848

## 和寒町 三笠山夜桜まつり

とき 5月12日(金)  
ところ 三笠山自然公園(和寒町字三笠)  
内容 桜を眺めながら、和寒名物のジンギスカンが味わえ、カラオケ大会や特産品が当たる抽選会などが行われます。

問い合わせ 和寒町観光協会  
☎0165(32)2341



## 天塩川だより

定住自立圏の構成市町村のイベントを紹介します

## 西興部村 木夢「ゴールデンウィークイベント」

とき 5月3日(水)～5日(金)  
ところ 森の美術館「木夢」  
(西興部村字西興部276)

内容 ①開館20周年記念  
プレゼント抽選会  
5月4日(木)  
②「ミスターきくち」の  
パフォーマンスショー  
5月4日(木)  
③「西谷 恵」コンサート  
5月5日(金)  
④手づくり五月人形展示  
期間中展示

問い合わせ 森の美術館「木夢」  
☎0158(87)2600

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、オープン日が変わる場合がありますのでご了承ください。  
 利用にあたってはマナーを守りましょう。

## 名寄地区

施設	オープン日	備考
市営テニスコート	5月1日(月)	
市営球場	5月1日(月)	
B & G 海洋センタープール	5月21日(日) 予定	水曜の午前中休館
南水泳プール	5月15日(月) 予定	金曜の午前中休館
智恵文水泳プール	6月15日(木) 予定	



## 風連地区

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

施設	オープン日	備考
風連東地区パークゴルフ場	5月1日(月)	全3コース、無料
風連テニスコート	5月1日(月)	風連B G窓口で受け付け、月曜休場
風連球場	5月1日(月)	事前申込が必要です
風連B & G 海洋センタープール	5月20日(土) 予定	月曜休館

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

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

## 身に覚えのない 「訴訟最終通告書」 のはがきに注意!

## 名寄市 消費生活センター通信

問い合わせ 消費生活センター ☎01654②3575



事例

自宅に「総合消費料金未納分訴訟最終通告書」と書かれたはがきが届いた。「料金の未払いがあり、裁判の手続きが進んでいる。期日までに連絡しないと財産などが差し押さえられる」という内容が書いてある。身に覚えがないがどうしたらよいか。



### ◆裁判所は送付していません

はがきの差出人は「民事訴訟管理センター」となっていますが、実在しない機関です。また、裁判所から送付したものでもありません。

### ◆不安にさせ、連絡させるように仕向けています

はがきには、「民事訴訟による訴状が提出されている」「連絡しなければ財産を差し押さえる」などと書かれ、はがきを受け取った人を不安にさせ、連絡させるように仕向けています。

### ◆絶対に連絡しない

連絡すると電話番号などの個人情報を知られ、お金を要求される恐れがありますので、絶対に連絡しないで無視をしましょう。



※心配なときは、消費生活センターか24時間対応の警察相談ダイヤル#9110まで相談してください。

# 「Airてっし」インターネット配信スタート

地域密着型のコミュニティFM放送「Airてっし」は、5月1日からパソコンやスマートフォンでも聞くことができる「インターネットサイマルラジオ放送」を始めます。

サイマルラジオとは、全国各地のFM放送をインターネットで配信するウェブサイトで、これまで電波が届かず、ラジオ放送を聞くことが難しかった地域の方でも、FM放送を聴くことが可能になります。

## 市外でも、名寄の情報が聞けます

「ふるさと名寄は何が旬?」「今の名寄の天気は?」「今度名寄に行くけど、お勧めスポットは?」などというときに、離れた場所でも名寄の地域情報を聞くことができます。

全国、そして全世界へ名寄の情報を発信します。遠方の友人やご親戚などにもぜひ紹介してください。

## 音声クリア

ラジオでの聴取が難しい地域に住んでいる場合、また建物の中などでクリアな音声で聞くことが難しい場合でも、インターネット経由なので雑音もなく、きれいな音声で聞くことができます。



## いざというとき、情報をキャッチ

Airてっしでは、災害などの緊急情報、天気、交通、停電の情報などをいち早くお伝えしています。

万が一の停電時やラジオがないとき、ラジオ電波が届きにくい環境でも、スマートフォンでラジオ放送を聞くことができます。



## インターネットで「Airてっし」を聞く方法

① J C B A インターネットサイマルラジオ (<http://www.jcbasimul.com>) にアクセス

② 放送局「Airてっし」を選択

※アンドロイド携帯端末では、無料ソフトのインストールが必要な場合があります。



問い合わせ 企画課企画調整係(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3305)

## 広報なよろ有料広告募集

**掲載位置** お店のPRや事業のご案内などにぜひご活用ください。  
お知らせページ(5段組)の最下段

**広告のサイズと価格**

1号広告  
【サイズ】縦45mm×横90mm 【価格】1万5,420円

2号広告  
【サイズ】縦45mm×横180mm 【価格】2万2,620円

**掲載条件**  
広告掲載要綱・広告掲載基準などを順守し、次の①②すべてに該当する場合

- ①市内に本店・支店などがある事業所(法人・個人)
- ②市税の滞納がないこと

**掲載できないもの**  
法令などに違反するもの、公序良俗に反するもの、政治活動・宗教活動に関するもの、意見広告または個人の宣伝など

**申し込み・問い合わせ**  
申込方法や掲載要綱など、詳しくは問い合わせください。

企画課広報推進係(名寄庁舎3階)  
☎01654③2111(内線3307)

## 誕生もち助成事業

# 健やかな成長を願って

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



あらい ようすけ  
荒井 耀介くん  
平成28年3月生まれ

## 保護者からのメッセージ

これからもたくさん食べて、いっぱい遊んで、父ちゃんのようにたくましく、元気に育ってね♥

## 「誕生もち」とは

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

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

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

公民館

市民文化センター(西13南4)  
 ☎01654②2218  
 FAX 01654②2356  
 ✉njbunsei@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)  
 ふつ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「なよろ入門」

教育、農業、自然、文化、まちづくりなど広く名寄について学びます。

- ◆とき 5月18日(木)〜平成30年3月1日(木)【全11回】10時〜12時(多少変動あり)
  - ◆ところ 市民文化センターほか
  - ◆定員 27人
  - ※定員を超えた場合は抽選。
  - ◆申し込み 5月8日(月)まで
- ※詳しくは問い合わせください。(道民カレッジ指定講座)



市民講座

「豆腐・みそ作り教室」

豆腐やみそを手作りしてみませんか?



- ◆とき ①6月5日(月)、②6日(火)、③7日(水)【全3回】①②は13時〜16時 ③は9時〜12時

◆ところ 名寄市農産物簡易加工処理施設「あぐりん館」

◆講師 齊藤 美知氏(カントリーママ・クラブ会長)

◆持ち物 エプロン、三角巾、手ぬぐい、みそを入れるポリバケツ、豆腐を持ち帰るタッパー

◆参加費 1800円

◆定員 先着20人

◆申し込み 5月9日(火)〜23日(火)

市民講座「陶芸教室」

オリジナルの陶芸作品を作りますか?親子での参加もオッケー!

- ◆とき 5月17日(水)、18日(木)、6月14日(水)、15日(木)、7月13日(木)【全5回】13時30分〜15時30分

◆ところ 市民文化センター

◆市民工芸室

◆講師 名寄鈴石窯陶芸同好会

◆持ち物 エプロン、木べら

(じゃもじ)、汚れても良いタオル、やすり、筆記用具

- ◆参加費 粘土1キロにつき400円

◆定員 先着30人

◆申し込み 5月12日(金)まで

◆ところ 浅江島公園(集合場所は市民文化センター)

◆講師 阿部 雅司氏(市スポーツ振興アドバイザー)

◆定員 先着20人

図書館

図書館名寄本館(大通南2)

☎01654②4751  
 FAX 01654②4897  
 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・月未・祝・年末年始

図書館風連分館(風連町南町84)  
 ☎・FAX 01655③2871  
 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

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

「こどもの日」ジョン・F・ケネディ生誕100年

本の読み聞かせなど

◆おはなしクラブ(金曜日)

◆とき 5月12日、19日、26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18日 10時30分

◆対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日

3日(水)、4日(木)、5日(金)  
 8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)、31日(水)

風連分館

ミニ展示コーナー

「みんな、ともち」

本の読み聞かせなど

◆おはなしタイム(木曜日)

◆とき 5月18日、25日 15時

◆対象 3歳以上〜小学校低学年

◆おはなしポケット(金曜日)

◆とき 5月19日 10時

◆対象 3歳未満児・保護者

5月の休館日

3日(水)、4日(木)、5日(金)  
 7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、31日(水)

自動車文庫「やまゆり号」5月の巡回日程

【名寄地区】

9・23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
2日(火)・17日(水)	第1老人クラブ前	15:10~15:25
	ハルニレ公園前	15:35~15:50
	浅江島公園築山前	16:00~16:20
10・24日(水)	緑丘第1団地	15:10~15:25
	サピラ-マ-ガレットイラ道宮住宅前	15:35~15:50
11・25日(木)	栄町公園前	15:35~15:50
	西10南1 自衛隊官舎前	16:00~16:20
12・26日(金)	ノースカふれあい会館前	15:25~15:40
	コデマリ公園前	15:50~16:05
【風連地区】		
10日(水)	市街地区(野村様宅前)	10:35~10:45
	フロンティアハウス	10:55~11:10

# 児童センター

児童センター「ほっと21」  
(西11北2)

TEL: 01654-33465  
FAX: 01654-33465

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

## 一輪車教室

初心者向けの一輪車教室です！



- ◆とき 5月20日(土)、27日(土) 10時～11時30分(9時45分集合)
- ◆ところ 児童センター体育室
- ◆対象・定員 小学生・20人
- ◆持ち物 上靴
- ◆申し込み 5月6日(土)～12日(金)
- ◆申込方法 なよろっこ5月号に掲載の申込書に必要事項を記入し、窓口に提出する。(電話受け付け可)

## チャレンジデー

児童センターでもチャレンジデーを行います。一輪車やなわとびに挑戦しよう。

- ◆とき 5月31日(水) 15時～16時
- ◆ところ 児童センター
- ◆対象 小学生
- ◆持ち物 上靴
- ◆申し込み なし

## 博物館

北国博物館(緑丘22)

TEL: 01654-2575  
FAX: 01654-2575

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(月・土・日曜日、国民の休日は不可)

## 企画展(無料)

### 空のハンター

オオタカとチゴハヤブサの名寄りに



- ◆とき 5月13日(土)～6月4日(日)
- ◆ところ 北国博物館 ギャラリーホール(1階)

# 天文台

なよろ市立天文台「きたすはる」  
(日進17道立サンピラーパーク星見の丘)

TEL: 01654-3956  
FAX: 01654-0267

開館 火～日・祝日  
13時～21時30分  
(21時までに入館)

HP: <http://www.nayoro-star.jp>

## 5月の利用案内

- ◆休館日 1日(月)、8日(月)、11日(木)、15日(月)、22日(月)、29日(月)
- ※9日(火)～11日(木)は臨時休館
- ◆観覧料 大人410円、大学生300円、70歳以上・高校生以下無料
- ◆天体観望
- ◆月面が見える日 2日(火)～12日(金)
- ◆今月見える惑星 水星、金星、木星
- ※晴れている昼間に見ることができ、星もありません。
- ◆1.6メートル「ピリカ」望遠鏡見学・観望
- ◆見学のみのみ 2日(火)～31日(水) 13時～19時頃(休館日を除く)



◆天気が良ければ星が見える日

- 2日(火)～7日(日)、12日(金)～14日(日)、19日(金)～21日(日)、18時頃～21時30分



時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	TO WORLDS BEYOND 太陽系をめぐる旅	ほしみるおじさん みぢかなうちゅうのおはなし
16:00	<b>New!</b> INCOMING!	<b>New!</b> INCOMING!
18:00	TO WORLDS BEYOND 太陽系をめぐる旅	TO WORLDS BEYOND 太陽系をめぐる旅
20:00	<b>New!</b> INCOMING!	<b>New!</b> INCOMING!

- ◆とき 5月3日(水) 18時30分～20時30分



## 月面X観望会(観覧料のみ)

月面に輝く不思議な「X」を見よう！

30分～20時30分

ピリカ望遠鏡は急ぎよ、必要な観測が生じた場合は、見学・観望ができないことがあります。ご了承ください。詳しくは天文台までお問い合わせください。



## 5月の太陽・月の暦

日	日の出	日の入	月の出	月の入	日	月の形
1日	4:19	18:36	8:30	23:41	3日	●上弦
10日	4:07	18:47	17:54	4:07	11日	○満月
20日	3:56	18:58	0:52	12:04	19日	●下弦
31日	3:47	19:09	9:33	23:46	26日	●新月

## 月面X

「月面X」は、月面でアルファベットの「X」のような形が輝いて見える現象です。これは、月の表面にある「フランキヌス」、「ラカイユ」、「プールバッハ」という3つのクレーターの外壁によってできた地形に、特定方向から太陽光が当たると出現します。

2016年8月10日

(撮影者 永吉 竜馬)



子育て支援センター



子育て支援センターは、未就学児童が保護者と一緒に利用できる施設です。

地域子育て支援センター

「ひまわりらんど」(西2南9)

☎01654②5683

✉n-kosodate@oudan.ac.jp

開館 午前 9時～12時

午後 13時30分～16時

休館 土・日・祝日・年末年始

風連地域子育て支援センター

「こぐま」(風連町西町284)

☎01655③2378

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

子育て支援事業

親子お出かけバスツアー

運動会

◆とき 6月10日(土)

◆ところ 旧風連日進保育所

◆内容 お弁当持参のバス遠足

◆参加費 無料

◆申込方法 市内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 5月26日(金)

青空保育

◆とき 6月1日(木)

◆ところ 総合福祉センター

屋外(雨天時は施設内)

◆内容 大型紙芝居やポケ

ットシアター、手遊びなど

をしながら親子で遊びま

しょう。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。

◆申し込み なし

※直接現地へお越しください。

ひまわりらんど

ひまわりらんどについて

行事に参加されなくても、施設で遊ぶことができます。

また、子育てに関する相談

も随時受け付けています。(電

話・メールも可能)

身体測定



◆とき 5月15日(月)、16日

(火) ①9時30分～11時30分

②13時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 身長・体重を測り

カードに手形を押しましょ

う。

◆申し込み なし

人形劇鑑賞

◆とき 5月11日(木) 10時

30分～11時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 親子で人形劇を楽

しみましよう。

◆講師 今野 道裕氏(名

寄市立大学社会保育学科教

授)

◆申し込み なし



キッズクラフト

◆とき 5月22日(月)、23日

(火) ①9時30分～11時30分

②13時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 1歳以上のお子さ

まと保護者で製作をしまし

よう。

◆申し込み 5月1日(月)～18

日(木)



ベビークラフト

◆とき 5月25日(木)、26日

(金) ①9時30分～11時30分

②13時30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 0歳のお子さまと

保護者で製作をしましよう。

◆申し込み 5月1日(月)～23

日(火)

しゃぼん玉遊び

◆とき 5月29日(月)、30日

(火) 10時～11時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 親子でしゃぼん玉

遊びをしましよう。

◆申し込み なし

※雨天の場合は中止します。



離乳食のお話

◆とき 5月31日(水) 14時

30分～15時30分

◆ところ ひまわりらんど

◆内容 月齢に合わせた離

乳食の進め方を学びましょ

う。

◆定員 先着20組

◆申し込み 5月1日(月)から

こぐま

避難訓練

◆とき 5月18日(木) 10時

～11時30分

◆ところ さくら保育園

◆内容 火災を想定した避

難訓練を行います。

◆申し込み なし

春のおはなし会

◆とき 5月11日(木) 10時

～11時30分

◆ところ さくら保育園

◆内容 図書館主催の絵本

の読み聞かせです。

◆申し込み なし



外あそび

◆とき 6月1日(木) 10時

～11時30分

◆ところ さくら保育園

◆内容 公園内で楽しく遊

びます。

◆申し込み なし

※雨天の場合は、さくら保

園内で運動あそびをします。

問 問い合わせ

申 申し込み

名

名寄庁舎 ☎01654③2111

風

風連庁舎 ☎01655③2511

名 2階(内線3244)  
 ことども未来課(ことども福祉係)

申・問

※上限20万円

◆助成額 対象経費の2分の1  
 ※助成は1団体につき、年度内に1活動とします。

③地域社会での子育て支援者への支援  
 ※市内在住の子育て中の保護者など

◆対象活動 未就学児を対象とした次のいずれかの活動  
 ①子育てや子育て支援に関する講習などの実施

◆対象団体 市内で子育て家庭を支援し、継続的な活動を行っている団体  
 ※営利活動を目的とする団体などを除く。

子育て支援活動を助成します

◇地域防災活動事業  
 ※自主防災組織が行う啓発、訓練、研修活動

②情報伝達・収集用資機材  
 ラジオ、メガホン、トランシーバー、ラジオ受信アンテナなど

①組織準備用資機材  
 ヘルメット、スコップ、口ブ、土のう袋、携帯消火器など

◆補助金対象事業  
 ◇防災資機材整備事業  
 ※自主防災組織がその活動に必要な防災資機材を整備する事業

自主防災組織の組織化・活動を支援します  
 いざというときのための防災活動を行う自主防災組織を立ち上げる、または自主防災活動を行う町内会は、補助金を利用できます。有効に活用してください。

自主防災組織の組織化・活動を支援します

名 3階(内線3380)  
 防災担当

申・問

※上限6万5000円

◆申請について  
 申請は1組織につき、各事業ごとに年度内に1回とします。

⑤経費の全額  
 ④経費の3分の2(一部全額)

◆支援額  
 ①③ 経費の3分の2  
 ② 経費の3分の2

⑤研修活動  
 防災知識の向上のための研修会の開催や参加  
 ④啓発活動  
 パンフレットなどの印刷、資料購入など  
 ③訓練活動  
 防災訓練の実施など

名 1階(内線3126)  
 環境生活課環境生活安全係

問

※相談は無料で秘密は守られます。

◆相談内容 人権擁護委員  
 ◆相談内容 人権問題、家庭問題、「いじめ」問題を始め、近隣関係のいざこざなどの身近な法律問題、その他なんでも結構です。

◆相談員 人権擁護委員  
 ◆相談内容 人権問題、家庭問題、「いじめ」問題を始め、近隣関係のいざこざなどの身近な法律問題、その他なんでも結構です。



問

名寄消防署  
 警防課警防第1係  
 ☎01654③3319

◆とき 5月28日(日) 14時  
 ◆ところ グランドホテル藤花(西5南4)

春季消防訓練のお知らせ

夜間窓口

◆とき 5月23日(火)～25日(木)  
 17:30～19:30

◆ところ

納税窓口  
 税務課納税係 名2階  
 国保窓口  
 市民課国保高齢医療係 名1階

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パズル(幼児用)
- ②ひらがなブロック
- ③名寄高校女子制服(165A)
- ④ゴルフクラブ(ハーフセット)
- ⑤ゴルフシューズ(24センチ)
- ⑥デスクワゴン
- ⑦椅子(キャスター付き)
- ⑧テレビボード
- ⑨キャビネット(キャスター付き)
- ⑩2段ベッド
- ⑪食器棚・キャビネット
- ⑫折りたたみ電動ベッド
- ⑬冷凍庫(縦型)
- ⑭あんま機(椅子型)

◆ゆずってください

- ⑮羽毛布団・2重毛布(ダブル)
- ⑯敷布団(シングル)
- ⑰自転車(24～26インチ)
- ⑱自転車用チャイルドシート
- ⑲卓球台

問 名寄消費者協会  
 ☎01654③5630

市長室開放事業を開催します

◆対象 市民または市民が組織する団体やサークルなど  
 ◆開催日時 土日祝を除いた5月1日(月)～31日(水) 9時～17時30分の20～30分  
 ※市長の公務を優先します。  
 ◆懇談場所 市役所名寄庁舎や風連庁舎の市長室など  
 ◆懇談内容 地域活動やまちづくりの話、市政への要望・疑問など  
 ※個人的な要望・相談・苦情・宗教に関する意見、書面による要望の提出、または懇談にふさわしくないと判断される場合は、お断りさせていただきます。

申・問 企画課秘書係  
 名 3階(内線3304)

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

**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

**消火栓放水点検**

漏水の確認、清掃などのため消火栓放水点検を5月から9月にかけて市内各地区（私設、風連地区を除く）で行います。作業区域では、一時赤水の発生や、水が濁る場合がありますが、ご理解をお願いします。

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。まだ平成28年分の確定申告を行っていない方は、速やかにいきましょう。

**届出先・問**

市民課国保高齢医療係  
名 1階(内線3114・3318)

風 地域住民課市民係  
1階(内線119)

◆点検時間 10時〜12時、13時〜16時

※多少変更の可能性あり

◆5月点検地域 旭東北區、ノースタウン区、東12区、日進、北新区、西12区、2区、北斗区、新北斗団地、大橋区、商工団地

**問** 名寄消防署

警防課警防第2係  
☎01654③3319

**臨時福祉給付金を支給します**

平成26年4月の消費税率引き上げによる影響を緩和するため、所得の少ない方に臨時福祉給付金(経済対策分)を支給しています。

◆対象 次のすべてに該当する方

- ①平成28年1月1日現在、名寄市に住民票がある方
- ②平成28年度の市・道民税(均等割)が課税されていない方
- ③市・道民税(均等割)が課税されている方の扶養親族などでない方

◆給付額 1人あたり1万5000円

◆案内文書の送付 対象と思われる方には案内文書を送っています。持ち物など内容をご確認のうえ申請してください。

◆申請期限 6月19日(月)

◆申請場所 ①市役所名寄庁舎社会福祉課 福祉総務係

- ②市役所風連庁舎地域住民課
- ③智恵文支所(智恵文多目的研修センター)

**問** 社会福祉課福祉総務係

名 2階(内線3221・3222)

**家庭で取り組む7つのポイント**

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

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

新年度が始まりました。皆さまには、子どもたちの生活や学習などの状況を見直し、次の7つのポイントに基づいて子どもたちをいっそう健やかに育んでいただきますようお願いいたします。

- 家庭で取り組む7つのポイント
- ①朝食を食べる習慣が大切
  - ②節度ある生活習慣が大切
  - ③家庭で学習する習慣が大切
  - ④読書に親しむ習慣が大切
  - ⑤運動する習慣が大切
  - ⑥自尊感情を育むことが大切
  - ⑦いじめは許されないと教えることが大切

※詳細は、市のホームページで見ることができます。

**問** 学校教育課  
名 3階(内線3377)

**平成29年工業統計調査を実施します**

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。調査へのご協力をお願いします。

調査時点：平成29年6月1日

**問** 企画課企画調整係 **名** 3階(内線3305)



**木造住宅の耐震診断・耐震改修費用の補助をします**

◆耐震診断補助金交付事業

◇対象住宅 次のすべてに該当するもの

- ①市内の戸建て住宅、長屋、共同住宅、併用住宅(居住部分の床面積が延べ床面積の2分の1以上)
- ②昭和56年5月31日以前に着工した、木造地上2階建て以下で延べ床面積が500平方メートル以下の住宅
- ③建築基準法やその他の関係法令に違反していないこと
- ④対象住宅における固定資産税の滞納がないこと

◇補助金額 耐震診断費用の全額(上限5万円)

◇診断者 北海道に登録されている耐震診断技術者に限る

◆耐震改修補助金交付事業

◇対象住宅 耐震診断対象住宅の①から④すべてに該当し、耐震診断の結果、耐震強度が不足していると判断された住宅

◇補助金額 耐震改修工事費の10パーセント(上限30万円)

◇改修業者 北海道に登録されている耐震改修技術者が所属する業者に限る



◆共通事項

◇対象者 対象住宅の所有者または居住者(対象住宅所有者の2親等以内の親族に限る)で市税の滞納がない市民

◇募集期限 11月30日(木)

※先着順に受け付けし、今年度予算枠(各事業5件程度)に達した場合は募集を終了します。

◇申請方法 診断や改修を行う前に申請が必要です。まずは問い合わせください。※詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆無料簡易耐震診断

居住住宅がどの程度地震の被害を受けにくいのかを簡易に判定します。現地調査は行わず、建設当時の建築確認申請書などの図面と居住者への聞き取りから判定します。

申・問

建築課指導係  
2階(内線2226)

**上下水道料金の集金・検針のお知らせ**

市では、料金収納・検針事務を次のとおり委託し、水道使用の利便性を図っています。水道料金の口座振替を希望する方は、市内の各金融機関または市役所で手続きをしてください。

地区	業務	委託員(業者)
名寄地区 (曙・共和・瑞穂・砺波・内淵を除く)	上下水道料金徴収・収納	・松田 友子・夏坂 弘實
	水道メーター検針	・清水 ひろえ・佐々木 敏子 ・吉田 千尋・松田 ゆかり ・川崎 由希子・中山 精子
智恵文地区	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・菱輪 健二・菱輪 頼子
風連地区 曙・共和・瑞穂・砺波・内淵	上下水道料金徴収・収納 水道メーター検針	・株式会社カンリ

手続先・問

上下水道室業務課業務係  
3階(内線3360)  
3363

**地域公共交通活性化協議会委員を募集します**

同協議会では、生活に必要な路線バスなどの地域公共交通の確保や、その利便性などを協議し、市内交通体系の整備について検討します。

◆募集資格・人数

日常、公共交通を利用して65歳以下の市民・3人

◆任期 2年間

◆会 議 年間3〜4回

※平日の日中に開催

◆謝 礼 交通費程度

◆応募方法 任意様式に「名寄市地域公共交通活性化協議会委員公募」と明記のうえ、氏名・住所・性別・年齢・生年月日・電話番号・職業・応募動機を記入して持参、郵送、FAX、メールなどで応募してください。

◆応募期限 5月19日(金)

◆結果の通知 書類選考のうえ、5月末までに結果を通知します。

応募先・問

企画課企画調整係  
3階(内線3312)  
FAX 01654②5644  
✉ ntkikak@city.nayoro.lg.jp

**障がい者相談員を紹介します**

◆身体障がい者相談員 成田 勇一

☎01654③2877

◆知的障がい者相談員 石森 和敬

☎01654②4857

◆精神障がい者相談員 村上 義一

☎01654③8007

問 社会福祉課障がい福祉係  
2階(内線3225)

**健康づくり体操教室**

◆とき 5月11日(木)、18日(木)、25日(木)、31日(水) 9時30分〜11時15分

◆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

◆内容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術、ラジオ体操

◆持ち物 上靴

◆申し込み 当日会場です。



問 高齢者支援課高齢福祉係  
2階(内線3231)

**道営住宅入居者の募集**

◆書類配布期間 5月9日(火)  
 ↳5月26日(金)

※土・日曜を除く。

◆募集受付期間 5月24日(水)  
 ↳26日(金)

◆申込方法 収入のわかるもの(源泉徴収票など)、印鑑を持参し、O&R名寄建物コンソーシアムへお越しください。仮審査のうえ、入居適格者には申込書を配布します。必要書類を添えて提出してください。

※障がいがある方は障害者手帳などを持参ください。

◆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を行います。

◆家賃 入居者の収入に応じた家賃となります。

◆入居抽選会と仮当選者の書類説明会

◇とき 6月1日(木) 14時  
 ◇ところ 駅前交流プラザ「よろいな」(東1南7)  
 ※コンピュータによる抽選となります。



**◆募集住宅**

団地名	住所	規格	家賃	建築	階数	備考
サンピラー名寄A棟	154号 西2南11	3LDK 74.6㎡ 1戸	2万3,600 ~3万5,200円	H8	5階	世帯向け
サンピラー名寄B棟	251号 西2南11	3LDK 74.6㎡ 1戸	2万3,900 ~3万5,600円	H9	5階	世帯向け

※記載された家賃は、収入によって高くなる場合があります。

※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、ガス警報機のリース料などが別途かかります。

**申・問**

O&R名寄建物コンソーシアム(西4南9大野ビル1階)  
 ☎01654③3711  
<http://nairouto.com/douei-juutaku/>

**自動車税を忘れずに納めましょう**

◆納期限 5月31日(水)  
 ※納入通知書は5月8日(月)付で発付されます。

※納入通知書が届かない場合は連絡ください。

◆納税場所  
 ①北海道内の金融機関または郵便局

②総合振興局や道税事務所

③コンビニエンスストア  
 ※インターネットの「Yahoo!おー公金支払い」からクレジットカードでも納税できます。

◆納税に関する相談  
 やむを得ない事情で納期限までに納税できないなどの相談は、近くの総合振興局または道税事務所まで問い合わせください。

**申・問**  
 納入通知書が届かない場合  
 札幌道税事務所  
 自動車税部課税担当  
 ☎011(746)1190

納税に関する相談  
 上川総合振興局納税課  
 ☎0166(46)5100  
 名寄道税事務所  
 (西4南2)  
 ☎01654②4148

**広報あり方検討委員を募集します**

市政情報などを積極的に発信し、行政の見える化を推進するため、市広報のあり方を検討する委員を募集します。



◆対象 市広報に関心のある市民

◆募集人数 2人

◆任期 平成30年3月31日まで

◆会議 年2~3回

◆応募方法 任意様式に「広報あり方検討委員公募」と明記のうえ、氏名・住所・生年月日・電話番号・職業・応募動機を記入し、持参・郵送・FAX・メールなどで応募ください。

◆応募期限 5月31日(水)

◆結果の通知 書類選考のうえ、6月中旬に結果を通知します。

◆応募先・問  
 企画課広報推進係  
 3階(内線3307)  
 FAX 01654②5644  
 ✉ny-kohho@ci.tv.nayoro.lg.jp

**がん患者サロン「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、その家族であればどなたでも参加できます。

◆とき 5月25日(木) 13時30分~15時

◆ところ 市立総合病院2階和室

◆内容 話題の食品あれこれ、気になりませんか?

※当日は管理栄養士も参加します。

**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。

◆とき 5月12日(金) 13時30分~15時

◆ところ 市立総合病院2階和室

◆内容 気になる「における」他の人はどうしているの?

**申・問**

市立総合病院  
 地域医療連携室  
 ☎01654③3101

**遊休市有財産(土地)を売却します**

◆売却条件

- ① 契約後5年以内に購入地の有効活用(住宅・マンション・アパート・駐車場などの建設)をすること
- ② 契約後5年間、更地のまま土地の所有権を第三者に移転しないこと
- ③ 性風俗営業や指定暴力団などの事務所用途に活用しないこと
- ④ 市税に滞納のない方

◆申込期間 5月8日(月)～19日(金)

※複数区画の申し込み可。  
※1区画に2人以上の申し込みがあった場合は抽選とする。

◆売却決定日 5月22日(月)

※抽選の場合は、当日市役所名寄庁舎で実施します。

◆支払い 契約時に契約即納

◆売却物件

金(契約金の10パーセント相当額)と、契約時から40日以内に全額を支払ってください。

区分	所在	地番	地積	売却価格
土地	風連町仲町	56番2	452.71㎡	236万7,000円
土地	西11北4	8番10、70	237.97㎡	223万8,000円
土地	西11北4	8番71	285.07㎡	268万4,000円
土地	西11北4	8番72	286.66㎡	269万9,000円
土地	西5北11	58番22	945.68㎡	514万4,000円
土地	西5北11	58番25	952.79㎡	490万円

**農業用水路などでの事故に注意してください**

農作業が本格化する季節になると、農業用貯水池や農業用水路などの農業用排水施設での事故が起こりやすくなります。

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

また、大人でも事故にあらう危険があるので、たとえ用事があるときでも施設に1人で近づいたり、暗い時間帯に近づくことは避けてください。

**自衛官等の募集**

種目	応募資格	受付期限	試験日
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	5月12日(金)	5月19日(金)・20日(土) ※希望のいずれか1日
		6月16日(金)	6月23日(金)・24日(土) ※希望のいずれか1日

申・問

自衛隊旭川地方協力本部  
名寄出張所(西1南9)  
☎01654②3921

**町内会に入りましょう**

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



一人でも多くの皆さまが広報を手にとれるよう、町内会に加入しましょう。

◆加入するには

お住まいの地域の町内会長、または町内会連合会事務局へご連絡ください。

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

**無料相談窓口**

- ①消費生活相談  
とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ②市民相談  
とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ③無料法律相談  
とき 5月7日(日)11:00～  
6月4日(日)11:00～  
※事前予約が必要です。
- ④行政相談  
とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ⑤結婚相談  
とき 第1金曜日17:30～19:00  
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 ☎01654②3575  
②～⑤ ☎01654③2111(内線3616)
- ◆年金事務相談  
とき 5月9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 名寄庁舎3階  
営業戦略課労働相談所  
☎01654③2111
- ◆人権相談  
とき 月～金曜日 8:30～16:30  
ところ 旭川地方法務局名寄支局  
☎01654②2349
- ◆生活相談支援センター  
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 西條名寄店1階  
こほっと  
☎01654②3968
- ◆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)

**ご寄附**

ありがとうございます

(順不同・敬称略)

◆社会貢献のために

○不二建設株式会社

道北営業所

(鴨志田 康仁所長)

◆新入学児童のために

○名寄文具商組合

(菅井 静夫会長)

◆市立大学図書館のために

○名寄ライオンズクラブ

(松崎 義昭会長)

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 風連庁舎(☎01655③2511)

# 5月市民カレンダー

May

日	月	火	水	木	金	土
Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<b>児童生徒の帰宅時刻</b> <b>小学生 18時</b> <b>中学生 19時</b> <b>高校生 21時</b> 児童生徒補導協議会(小中高等学校)	<b>1</b> GW企画 <b>博物館であそぼう!</b> 北 5/7まで	<b>2</b> GW中はピリカ望遠鏡を毎日夜間公開★	<b>3 憲法記念日</b> ★月面X観望会 18:30~20:30 天 ★会長杯高校選手権卓球大会 天	<b>4 みどりの日</b>	<b>5 こどもの日</b>	<b>6</b> ★高校バスケットボールGWフェスティバル 天
<b>7</b> ★無料法律相談 11:00 天 ★幼年小・寿年者・熟年者民謡道北大 10:00 天 ★高校バスケットボールGWフェスティバル 天	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b> ★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45 天	<b>12</b>	<b>13</b> ★シニアコーラス和の会創立10周年記念コンサート 14:00 天 ★公園で遊ぼう! 天 ★母の日プレゼント作り 13:30~15:00 天 ★名寄地区会長杯争奪バスケットボール大会 天
<b>14</b> ★名寄地区会長杯争奪バスケットボール大会 天 第65回 <b>なよろ憲法記念ハーフマラソン</b> と き 9:00(開会式) ところ なよろ健康の森	<b>15</b> ★運転免許更新講習会 優良13:00 一般14:00 天	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> ★運転免許更新講習会 初回14:00 一般17:30 天	<b>19</b>	<b>20</b> ★一輪車教室 10:00~11:30 天 ★工作教室『ケロゴンジャンプ』 天
<b>21</b> ★北海道新聞社杯争奪A・B級卓球大会 天	<b>22</b> ★運転免許更新講習会 優良18:00 違反19:00 天	<b>23</b> ★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階[国保窓口]1階	<b>24</b> ★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階[国保窓口]1階	<b>25</b> ★夜間窓口 17:30~19:30 市役所名寄庁舎 [納税窓口]2階[国保窓口]1階 ★教育相談センター夜間相談日 17:45~20:45 天	<b>26</b> ★高体連名寄支部バドミントン大会 天	<b>27</b> ★中学校体育祭(名寄中、名寄東中、風連中) ★一輪車教室 10:00~11:30 天 ★本の読み聞かせ 13:30 天 ★高体連名寄支部バドミントン大会 天
<b>28</b> ★高体連名寄支部バドミントン大会 天 かみかわ「まるごと食べに」よるーなフェスタ ~なよろアスバラまつり~ と き 10:00~16:00 ところ 駅前交流プラザ「よるーな」	<b>29</b>	<b>30</b> 広報6月号 配布予定日 本 ★東京スカパラダイスオーケストラライブ ※チケット完売 19:00 天	<b>31</b> チャレンジデー Let's Try 15min	<b>風連陶芸センター陶芸教室</b> ◆と き 5/11,25(木) 要予約 ① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ※各15人まで ◆費用 粘土代1kg200円 ◆持ち物 エプロンなど ◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743 詳しくは お問い合わせください		5/13 14:00~16:00 作.ACランニングセミナー at なよろ健康の森

広報誌は保存しておきましょう

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

### Airてっして

市からのお知らせを放送中

市からのお知らせやイベント情報などを紹介しています。

◆放送  
 毎週月~金曜日 ① 8:10  
 ② 12:30  
 ③ 17:10

※災害時には防災・緊急情報をお知らせします。

### 名寄市の人口

平成29年3月末日現在

◆人口  
 全体 27,944人(-257)  
 男 13,653人(-143)  
 女 14,291人(-114)  
 外国人住民登録者 62人(-2)

◆世帯数  
 全体 14,144世帯(-103)

※( )は前月末比

### 広報 なよろ

平成29年5月1日発行 第134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 [平日]8:45~17:30 ☎01654③2111(交換)  
 HP <http://www.city.nayoro.lg.jp>  
 ✉ [nayoro@city.nayoro.lg.jp](mailto:nayoro@city.nayoro.lg.jp)

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

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