

# 広報 なよろ

2020  
August  
No.173

8

名寄市が担っている  
モノの流れについて 2ページ

声 - Voice - 4~5ページ

令和2年10月から  
小学生の医療費が無料になります 6ページ



きらめく  
まちビト  
×  
安藤 正男

# 広報 なよろ

名寄市が担っている「モノ」の流れについて ..... 2

きらめくまちビト ..... 3

声 - Voice - ..... 4-5

小学生医療費助成のお知らせ ..... 6

健康ガイド ..... 7

名寄市職員を募集します ..... 8-9

フォトでお知らせ - 広報版 - ..... 10-11

名寄市立大学の窓から ~知への誘い~ ..... 12

Nスポーツコミッション 名寄にUターン ..... 13

楽食レシピ Let's楽トレ! ..... 14

健やかな成長を願って 今月の手話 なよろっほい家づくりの会 ..... 15

男女共同参画社会の実現をめざして 消費生活センター通信 ..... 16

もっともち米プロジェクト 大学生を持つ保護者の皆さまへ ..... 17

施設のお知らせ ..... 18-20

暮らしのお知らせ ..... 21-25

きらめく  
まちビト  
×  
安藤正男



今年6月から総合政策部特別参事（物流拠点化推進担当）として名寄市役所で働いている安藤さん。物流を通じた名寄の課題などについてインタビューしました。

### 物流を通じて地域の方々が活躍できる基盤を

**職員派遣される前は何をされていたのですか？**  
平成15年にヤマト運輸に入社し、平成24年に支店長として2年間名寄市で過ごし、その後、北海道の支店を経験し、直近では、旭川市の道北ベースという職場で旭川以北の大型車両による貨物輸送配車責任者を担当し、今に至ります。名寄市をはじめとして、北海道のすべての地域に所縁を感じており、上川・宗谷管内の市町村にはずっとお世話になっています。

**この地域の物流拠点としての課題は？**  
名寄市を中心に、北海道にはさまざまな魅力や産物が点在しており、すべての地域の方々が活躍されています。しかし、人口減少や高齢化による「慢性的なドライバー不足」が影響し、モノを運ぶ手段が減少してきており、地域の産物や生活必需品の輸送が困難になってくるかもしれません。産物の輸送が困難になると販売しづらくなり、地域の生活が不便に感じると、その地域に住みづらくなり、離農や人口流出の構図と

## 突然ですが！ 名寄市が担っている 『モノ』の流れについて お話をさせてください！

**ド** ライバーが不足すると、当然運べる量が減ってきます。名寄から出すものと名寄に入ってくるものとのバランスが崩れると、目詰まりを起し、「モノ」が順調に流れなくなったり、頻度が減り、時間がかかるようになると、頻度を優先すると積載率が下がり、結果、輸送コストが高くなってしまいます。

**北** 北海道全体を見て効果率化を考えたとき、名寄市の場所は圏域の生産物などを道内、道外へ輸送する発出ポイントとして、また、届く荷物の集約ポイントとして役割を果たすことにより、圏域全体の「モノ」の流れを維持すること

ができる可能性を探っています。

**一** れらの「モノ」の流れの課題解決のために、今月号の「まちビト」（次ページ）で、今年6月よりヤマト運輸株式会社北海道支社から名寄市に職員派遣された、総合政策部特別参事（物流拠点化推進担当）安藤正男さんに名寄市の現状などについてをお聞きしています。



なってしまうかねません。しかし、名寄市は医療・教育・防衛防災・スポーツ・福祉など、北海道の生活を支えていく上で必要な施設が整っており、稚内・紋別・留萌方面のすべてに道がつながっていますので、物流を通じて地元企業や生産者の皆さまが主役となり、地域経済を維持・発展し続けることで、より安心してその地域に住み続けられ、また新しい人々がその地域に住みたくなるようなまちづくりに貢献できればと思います。

今回ヤマト運輸としてはなく、地域の方々とともに考え、行動し、地域の方々が主体となって発展していけるように、市の職員として勤務させていただいています。名寄市が物流の拠点として、この名寄市にモノが集まり、モノの輸送を効率化していくことで、周辺地域の生活の基盤を守っていただける仕組みをさまざまな企業さまや生産者さまに参画していただき、一緒に考え、今から構築して行かなければならないと感じています。

**Profile**  
安藤 正男 (あんどう まさお)  
昭和55年4月生まれ旭川市出身。平成15年にドライバーとしてヤマト運輸株式会社に入社後、名寄センターの支店長などを経て、6月から名寄市に職員派遣。ご家族は名寄出身の奥様と娘さんが2人。現在は単身赴任中。趣味はスポーツ（最近はずマラソン）に温泉とアグレッシブ。

**名寄の印象は？**  
一番思うのは人の温かさです。どこへ行っても、家族のように接してもらい、やさしく話してくれます。（妻との）出会いから数えると20年くらい、人生の半分名寄市にお世話になっているので、地元の人たちはみんな家族同然と思っています。あといろいろな施設、食べ物に非常に恵まれているのでとても住みやすいです。

**市民の皆さまにひとこと**  
名寄市に来て日が浅く、新型コロナウイルスの影響でイベントに参加できずにいるので、名寄市のいろんなことを教えて欲しいです。

きらめくまちビト…名寄市内で活躍する市民などの紹介を通して、地域の魅力を発信します。



東風連町内会 武田会長

当町内会では、今まで光回線の整備を強く要望してきましたが、今回の整備は利用契約数に達した地区から整備されるのでしょうか？また、風連別川は幾度となく氾濫している危険性が非常に高い川です。高規格道路が整備されはじめ、道路排水によって増水していくことも予想されるので、川にある雑木の処分を早急をお願いしたい。

まずは、今お願いしております回線利用の契約を希望する対象戸数の調査を行っていたが、その資料を基に業者と回線整備の協議をしていきます。整備の順序に関しては、その協議以降となりますので、ご理解いただきたいと思います。



渡辺総務部長

この事業と同時に「GIGAスクール構想」という事業があり、国の支援のもと動いていて、情報端末機での授業や各家庭で遠隔授業を受けられるなどの整備も進めています。もしかすると学校がある地域に整備が優先されるかもしれません。



加藤市長

風連別川については、既に何度も要望をいただき、また、過去には町内会の皆さまで河川管理者である北海道へ出向いて要望されたことも承知しています。今後も北海道への要望など、市としてできる対応をとっていきます。



木村建設水道部長



東風連町内会 武田会長

光回線の利用に関して、若い方々は整備されるとすぐ利用するという状況ですが、高齢者の方々はそうではありません。地区全員で利用契約の協力をすることが前提であるなら、非常に厳しい状況です。おそらく全地区がそうだと思います。

時代の流れとして、介護分野での情報化が顕著です。情報端末機を用いて、生活状況や病歴、診療状況、薬の処方など確認して包括的にケアを行うという仕組みが構築されようとしています。防災の面からも、今より正確で素早い伝達や集約が可能になったり、時代が進めばさらに進んだこともできるでしょう。この機を逃すと回線を整備することは非常に困難です。ぜひ、前向きにご検討をいただきたいと思います。



橋本副市長



大町区町内会 荻原会長

数年前町内会に3台のラジオが配布されましたが、その利用状況についてどのように検証していますか。利用されていない町内会もあると思うので、一度全部を回収し、必要な場所に必要台数を配布するなど行ったほうがよろしいのではないのでしょうか。

北海道胆振東部地震のときに起こった大停電(ブラックアウト)は、ラジオによる情報伝達が非常に有効でした。どのような災害にこういったものが有効であるかの検討を行うことと同時に、配布している防災ラジオのあり方についても検討していきます。



橋本副市長

3台の配布としていたのは、防災の役割の原点として「自助・共助・公助」という考えがあり、同時多発的に災害が起これば公助だけでは限界があります。自助または共助があつてこそ市民の皆さまが安心安全でいられますので、その共助を担う町内会の中でも防災意識を高めていただきたいと思いますという思いもあり、3台配布としていたところでした。



加藤市長

その他にも各町内会長から貴重なご提言をいただいております。取りまとめてホームページなどで周知していきます。

7月2日(木)に市内ホテルにて、町内会長と行政との懇談会が行われ、各町内会長より貴重なご意見・ご提言をいただきました。その質疑内容および回答の一部をつぎのとおりお知らせします。



◆問い合わせ  
企画課企画調整係(名寄庁舎3階)  
☎01654③2111(内線3311)



中名寄町内会 水間会長

現在、市総務部で、光回線の整備に向けて回線利用の意向調査を行っている件についてですが、これは利用する戸数が少ないと該当地区の整備がされないのですか？仮に、我々の地区全員が利用するとしても、他の地区がそうでなかった場合、名寄全域として整備されないのでしょうか？来年、哺育・育成センターというとても大きな施設も完成します。管理運営上、光回線は必要不可欠なので整備していただきたい。

光回線の整備にあたり最低限の利用契約数を確保できなければ、市全体の整備は不可能ということです。しかし以前より、各町内会から多くの整備要望をいただいております。整備に必要な戸数の確保は可能と判断しています。市としては、各町内会へ出向き、より多くの方に加入していただけるよう説明をしていきたいと考えております。



渡辺総務部長

国は、新型コロナウイルス感染症対策として、通信環境整備に大きな補助を行っています。この事業を行うと、回線敷設にかかる費用をかなり圧縮できるのですが、一定の利用者がいなければできませんので、皆さまのお力添えをいただきたいと思います。



加藤市長



栄町区町内会 竹中会長

名寄高校前駅について、なぜ東風連駅から移設することになったのかと利用者の現況を教えてください。また整備にあたって、待合所などはどのように整備される予定でしょうか？最後に、吹雪などで運行が遅延したり運休したりする場合がありますが、行政はどのように関わっているのか教えてください。

東風連駅を利用している方は、ほぼ名寄高校生です。駅舎が移動することにより、生徒の利便性が向上します。高校側とも情報共有しながら進めています。駅整備に関して、待合所はカーポートのようなつくりで整備する予定としており、運行遅延の問題も含め、今後とも学校やJRと協議を重ね対応していきます。



石橋総合政策部長

移設の理由は利便性向上による学校自体の魅力向上です。道内では「～高校駅」という駅名が一つもありません。高校魅力化に市としても取り組んでいきます。またJR宗谷本線が、今後も存続していくためには地域も支援しなければいけません。乗客数増加のための施策を市が行って存続を図ります。令和4年3月の開駅を目指しています。



加藤市長

## ..... 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。新型コロナウイルス感染症の流行により、テイクアウトや宅配を利用する機会も増えていきます。また、レジャーでバーベキューをする機会も多くなり、肉の生焼きによる食中毒の危険も増える季節です。

食中毒菌は腐敗菌と違い、食べ物の中で増えても味も臭いも変わりません。また、「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。

食中毒の原因菌を「付けない」「増やさない」「やっつける」という3つの原則と、以下の食中毒を防ぐ6つのポイントに注意し食中毒を予防しましょう！

### 食品の購入（買い物）

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

テイクアウト食品はできるだけ早めに食べましょう。



### 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）

### 調理

調理前にも手を洗い、加熱は十分に（中心部の温度が75℃で1分以上が目安とされていますが、ノロウイルスの汚染の恐れのある二枚貝などの食品は、中心部が85～95℃で90秒以上の加熱が望まれます）



### 下準備

手や使用する器具は、こまめによく洗いましょ。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。

### 食事

食事の前にはよく手を洗いましょ。料理を室温に長く置かないようにしましょ。



### 残った食品

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

## ..... 風しんの抗体検査および予防接種が無料で受けられます

【対象】昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性  
国の手引きに基づき、受診に必要なクーポン券を対象の方に送付しています。

昨年度クーポン券を送付した昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性の方は、クーポン券の使用期限が「2021年3月」まで延長されました。まだ抗体検査を受けていない方は、昨年のクーポン券がそのまま使えますのでご活用ください。（紛失などによりクーポン券がお手元にならない場合は、保健センターまでご連絡ください。）

なお、名寄市から転出されると、名寄市が発行したクーポン券を使用することはできません。転出先の自治体にご確認ください。



# 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

8月2日 片平外科・脳神経外科  
☎01654③3375  
9日、10日 名寄市立総合病院  
☎01654③3101  
16日 吉田病院  
☎01654③3381  
23日 あべクリニック  
☎01654⑨7011  
30日 名寄東病院  
☎01654③2188  
なよろ眼科  
☎01654③0746

…救急医療情報案内……  
フリーダイヤル  
☎0120(20)8699

## 子育て保健事業 についてのお知らせ



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため休止していた乳幼児健診は、感染防止に配慮し、再開しています。

対象の方には、個別に連絡します。

なお、子育てに関する相談などは随時お電話で受け付けています。



## 令和2年10月から 小学生の医療費が無料になります

名寄市の小学生の医療費については、これまで入院・指定訪問看護分を申請により全額助成してきましたが、令和2年10月受診分からは、通院分も含め保険診療は全額助成の対象となります。

### 小学生の医療費負担の変更点



### 助成を受けるには申請が必要です

【対象】小学生（ひとり親家庭等医療費受給者、重度心身障がい者医療費受給者、生活保護世帯の方は申請不要です）

【事前申請を受付します】令和2年7月27日から9月10日までに、次の申請方法のとおり申請された方に、10月1日から有効の「乳幼児等医療費受給者証」を9月下旬にお送りします。

受診の際には「乳幼児等医療費受給者証」を健康保険証とともに医療機関に提示してください。

※その後も随時申請を受け付けいたします。

【申請方法】次の3点を以下記載の申請書提出先まで郵送してください。（新型コロナウイルス感染拡大防止の観点により、郵送での提出にご協力ください。）

- ①「乳幼児等医療費受給資格認定申請書」
  - ②「同意書」
  - ③対象児童の健康保険証の写し
- ※学校を通じてご案内・申請書類を配布しておりますが、名寄市のホームページから様式をダウンロードできます。

※令和2年1月1日以降に転入された方は次のものも必要です。  
・保護者の「令和2年度所得課税証明書」、「令和2年度住民税額の特別徴収税額の決定通知書」の写し、「令和2年度住民税納税通知書」の写しのいずれか。  
（ただし、税の控除対象となっている配偶者の方や未就学児がおり、すでに提出済の方は必要ありません。）

【申請書提出先】〒096-8686  
名寄市大通南1丁目 名寄市役所 子育て支援係 宛

### ～重要～

学校または交通事故のケガなどで医療機関を受診した際に、災害共済給付などが支給される場合は、乳幼児等医療費受給者証、ひとり親家庭等医療費受給者証、重度心身障がい者医療費受給者証は使えません。  
※医療費助成と災害共済給付などが重複した場合は、医療費助成分を返金していただくことになります。

【問い合わせ】  
名寄市役所 名寄庁舎2階 13番窓口 こども未来課子育て支援係 ☎01654③2111（内線3245）

# 令和3年度名寄市職員・名寄市立病院職員を募集します

## 職種と募集人数

- 1 一般事務職 …………… 5人程度
- 2 保健師 …………… 2人
- 3 土木技師 …………… 1人
- 4 消防士 …………… 2人
- 5 一般事務職(市立病院採用) …………… 若干名

## 試験日・1次試験会場

- とき 9月20日(日) 午前9時
- ところ 名寄市立大学(西4北8)

## 試験区分・受験資格・1次試験内容

### 一般試験枠

- 1 一般事務職
  - 大学卒
    - 平成3年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく4年制大学を卒業、または令和3年3月卒業見込みの方(大学院含む)
  - ↓SPI・3検査・論文
  - 短大卒(高等専門学校・専修学校卒含む)
    - 平成5年4月2日以降に生まれた

方で、学校教育法に基づく短期大学・高等専門学校・専修学校(修学年数2年以上)を卒業、または令和2年3月卒業見込みの方  
↓SPI・3検査・作文

■高校卒  
平成9年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく高等学校を卒業、または令和3年3月卒業見込みの方

### 2 保健師

■大学卒  
昭和56年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく4年制大学を卒業し保健師免許を有する方、または令和3年3月卒業見込みで保健師免許を取得予定の方(大学院含む)  
↓SPI・3検査・論文・専門試験  
※既に保健師免許を有する方は、専門試験が免除されます

■短大卒(高等専門学校・専修学校卒含む)  
昭和56年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく短期大

学・高等専門学校・専修学校(修学年数2年以上)を卒業し保健師免許を有する方、または令和3年3月卒業見込みで保健師免許を取得予定の方  
↓SPI・3検査・論文・専門試験  
※既に保健師免許を有する方は、専門試験が免除されます

### 3 土木技師

平成3年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく4年制大学で土木課程を卒業、または令和3年3月卒業見込みの方(大学院含む)  
↓SPI・3検査・論文

■大学卒  
平成7年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく4年制大学を卒業、または令和3年3月に卒業見込みの方(大学院含む)  
↓教養試験、適性試験、論文、体力検査

■短大卒(高等専門学校・専修学校卒含む)

平成7年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく短期大学・高等専門学校・専修学校(修学年数2年以上)を卒業、または令和3年3月に卒業見込みの方  
↓教養試験、適性試験、作文、体力検査

■高校卒  
平成9年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく高等学校を卒業、または令和3年3月に卒業見込みの方

※消防士全資格区分共通事項  
次の条件を満たしていること  
①普通自動車運転免許を取得または取得予定

- ②身長…男子160センチ以上  
女子155センチ以上
- ③体重…男子50キロ以上  
女子45キロ以上
- ④胸囲…概ね身長2分の1以上
- ⑤四肢および心身とも健康で、自動車の運転に支障を及ぼす恐れのある障がいがない

- ⑥聴力…正常
- ⑦視力・深視力・色彩選別能力が大型自動車運転免許の合格基準を満たしている

### 5 一般事務職(市立病院採用)

- 大学卒  
平成3年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく4年制大学を卒業、または令和3年3月卒業見込みの方(大学院含む)  
↓SPI・3検査・論文

### 社会人枠(民間企業等経験者)

民間企業で培った専門的知識および創意工夫を行う意欲を持った人材を求め、これらの知識を公務に発揮してもらい、また組織の活性化を図ることを目的に、即戦力として社会人経験を有する方を募集します。

### 1 一般事務職

昭和45年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方で、学校教育法に基づく高等学校以上を卒業した方またはこれと同等の学力を有すると認められる方で、令和3年3月末現在において民間企業

や各種行政機関などにおける職務経験が通算して5年以上ある方、または見込まれる方  
↓SPI・3検査・論文

### 2 保健師

昭和56年4月2日以降に生まれた方で、保健師免許を有しており、令和3年3月末現在において民間企業や各種行政機関などにおける職務経験が通算して5年以上ある方、または見込まれる方  
↓SPI・3検査・論文

## 2次試験日・2次試験内容

1 2 3 4 5 共通  
面接  
※詳細は1次試験合格通知時にお知らせします。

## 応募受付期間

1 2 3 4 5 共通  
8月3日(月)～8月31日(月)

## 応募方法

- 1 一般事務職(大学卒・短大卒)
  - 2 保健師(大学卒・短大卒)
  - 3 土木技師
  - 5 一般事務職(市立病院採用)  
インターネット求人サイト「リクナビ2021」から「名寄市役所」を検索し、エントリー手続きを行ってください。
- URL <https://job.rikunabi.com/2021>
- 1 一般事務職(高校卒)
  - 4 消防士(大学卒・短大卒・高校卒)
  - 1 2 社会人区分各職種
- 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。受験申込書は問い合わせ先へ請求するか、ホームページからダウンロードしてください。

## 応募先・問い合わせ

〒096-8686  
名寄市大通南1丁目1番地  
名寄市役所  
総務課職員係(名寄庁舎3階)  
01654③2111  
(内線3324・3326)  
P<http://www.city.nayoro.lg.jp/>



名寄市役所で一緒に働きましょう!!



ホームページのほかにも市公式フェイスブック(7月21日現在、2760いいね!)でもまちの出来事を紹介しています。ぜひご覧ください。

### 7/1 国勢調査名寄市実施本部



国勢調査名寄市実施本部を設置しました。国勢調査は日本に居住しているすべての方が対象です。これから調査員への説明会など準備が始められ、調査は9月中旬から開始します。

### 6/27 薬草・花まつり2020



薬用植物資源研究センター内で開催されました。ところどころに職員が配置され、周辺の薬草・花を説明していました。来場者は、花の香りを嗅ぎながら、色とりどりの花を眺めていました。

### 7/8 名寄ネットコミュニケーション活用研究会が勉強会を実施



名寄警察署3階会議室で開催されました。講演では北海道警察の担当者から近年におけるサイバー犯罪の説明などが行われ、参加者はインターネットに潜む危険性を確認していました。

### 7/6 児童センターで七夕飾り作り



児童センターで七夕飾り作りが行われ、多くの児童が参加しました。児童たちは、織り姫や彦星を折ったり、短冊に願いごとを書いたり、思い思いに七夕飾りを作っていました。

### 7/19 モッチートを食べ 阿部雅司さんと歩こう!



Nスポーツコミッションが開催し、およそ60人の市民が参加。参加者は2つのコースに分かれ街なかをノルディックウォーキング。真夏の名寄を感じながら体を動かしていました。

### 7/10 名寄市戦没者追悼式



市民文化センターで行われ、市長をはじめ、ご遺族の方や各会代表者などが参列しました。今年で戦後75年となります。いつまでも平和で心豊かな社会となりますようお祈りします。

### 6/10 智恵文中で カボチャの定植と花壇づくり



同中学校の全校生徒がカボチャの苗を74株、花壇にペチュニアやマリーゴールドなどの苗を300株ほどでいねいに植えつけ、最後にたくさんのお水を与えていました。

### 6/15 交通安全 旗の波啓発運動



交通安全啓発活動の一環として、国道40号線沿い交通安全市民総監視所前で旗の波啓発運動が開催され、名寄交通安全協会など5団体・50人以上が参加しました。

### 6/25 S L 列車キマロキの塗装作業



名寄 S L 排雪列車(キマロキ)保存会の会員がキマロキの塗装作業を行いました。輝きを増したキマロキをぜひご覧ください。今年は公開展示をして45年目となります。

### 6/8 台湾嘉義縣太保市農会に オンライン感謝状贈呈式



同会から新型コロナ感染対策物資として、医療用のガウンや手袋の寄附をいただきました。これからの友好親善を祈念し、テレビ会議システムを利用してオンライン上で感謝状を贈呈しました。

### 6/12 西小地域連絡協議会が 西小の花壇を整備



西小地域連絡協議会が西小学校の花壇整備とプランター設置を実施。作業中に、子どもたちから一斉に「こんにちは」と声を掛けられ、笑顔の中で作業が進められていました。

### 6/21 天文台 部分日食観望会



市立天文台きたすばるで開催され、多くの方々に参加。天気は快晴で絶好の観望条件の中、参加者は日食グラスや設置された日食観望用の大きなフィルターから欠けた太陽を覗きこんでいました。

市民の皆様「まじ」理解と「協力」をお願いします

被害にあつたらまず警察に相談を

雲一つない絶好のウォーキング日和となりました

花を見て気持ちをややかに

壮大な将来の夢が書かれていました

癒えない古しみ・悲しみを繰り返さないと先人に約束

生徒たちが買い、収穫できるまで大切に育てます

通過するドライバーに安全運転を啓発

今年も多くの人にみてもらいたい

新型コロナが終息した後、ささやかなる交流を約束しました

花を見ながら気持ちよく登校してもらいたい

次の日食は、10年後の2030年6月に起こります

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。

# 楽しく、元気に、スポーツしよう！

Nスポーツコミッションより、スポーツ情報をお届けします



## NSCジュニアスポーツアカデミーが開校！

各競技で活躍するジュニア選手のスキルアップと育成を目指し、「ジュニアスポーツアカデミー」を立ち上げました！今年の4月に申し込みを開始し、小学5年生～高校3年生の市内少年団や部活動、中には世界で活躍するジュニアアスリートまで合計21人が入学。これから来年の2月まで月に2回、阿部雅司校長と専門のトレーナーのもと、がんばります！



※トレーニングは各種SNSや「なよろスポーツnavi」のブログで発信します。

**問い合わせ**  
Nスポーツコミッション事務局  
市民文化センター内 ☎01654@2218  
✉info.nsportscommission@gmail.com

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



## イベント情報

【ノルディックウォーキング】  
運動不足解消に！ポールの無料レンタルがあります。

日時：8月23日(日)  
場所：未定

【なよろ憲法記念ハーフマラソン】  
延期していた当大会は、市民限定で開催します。

日時：9月20日(日) 9:00～12:00  
場所：天塩川河川敷  
参加資格：名寄市民

※詳細は市内のポスターやチラシ、SNSをご覧ください。

## ■ロゴが新しくなりました！■

スポーツの力強さと、市民がかかわる親しみやすさを併せ「NSC」の文字が浮き上がります。斜線の組み合わせには「人」の文字が複数存在し、人々が繋がっていることを伝えます。カラーバージョンは青緑色をメインに、北海道の自然や雪をイメージさせています。※誌面印刷の都合で、カラーを変更しています。



お盆に帰省したけど、何か面白いイベントやっていないかな？と探されている方へ

# 名寄にUターン！

移住情報をお届け！



このイベントでは、名寄で多種多様なお仕事、暮らしをしている方々から、名寄の今をお話いただきます。最近、名寄にできた新しいお店やスペース、スポーツ、食べ物、面白いことなど、「名寄の今」を知る機会にしてみませんか？当日は、美深白樺ブルワリーのビールのほか、地域の食材を使った飲食店のおつまみもご用意しています。どうぞ、ご家族、ご友人などお誘いのうえお気軽にご参加ください！

### ◆参加対象者◆

- ・名寄出身者やそのパートナー
- ・新たな人との繋がりを作りたい移住者
- ・帰省者や移住者と繋がりを作りたい方 など

### ◆詳細◆

とき：8月14日(金) 19:00～21:00  
ところ：naniroBASE&Lab.1F (西1南7 6番地1)  
参加費：無料 お飲み物(ビール、ソフトドリンクなど) おつまみは販売しております。

事前申し込みはこちらから

<https://cutt.ly/loDrqap>

▲申し込みフォームのURL 申し込みフォームの2次元バーコード▶



フォームからの申し込みができない場合は、名寄市移住促進協議会までご連絡ください。※事前申し込みなしでの当日参加も大歓迎です！

名寄移住ワンストップ窓口

【名寄市移住促進協議会】

☎ 01654③5771(直通)

✉ info@nayoroiju.com

HP <http://nayoroiju.com/>

随時移住相談を承っています！

近年、「オキシトシン」というホルモンに注目が集まっています。オキシトシンとは、1906年にイギリス人脳科学者のヘンリー・ハレット・デールによって発見された、視床下部の神経分泌細胞で合成され、下垂体後葉から分泌されるホルモンです。近年では、「幸せホルモン」、「愛情ホルモン」などと呼ばれ注目されることも多くなりました。代表的な作用の一つに、お母さんが赤ちゃんを愛しく感じられたときに分泌して、母体の回復(子宮の収縮)を助けたり、乳腺の筋線維を収縮させ、母乳の分泌を促す働きがあることで有名です。また、リラックス効果や抗ストレス作用(オキシトシンが分泌されると、心拍数を抑え、自律神経を整えて心地よい感覚になり、脳は安らぎを感じる)



や痛みの緩和などもあります。このように効果から女性特有のホルモンと思われることが多いオキシトシンですが、最新の研究成果で出産後のお母さんだけでなく、男女問わずどんな人でも分泌するホルモンであることが明らかになり、注目を浴びるようになりました。

では、どのようなときにオキシトシンが分泌するのでしょうか。それは、赤ちゃんや子どもを抱っこする(顔を見る)、ペットと触れあう、家族みんなで食事をするなど、直接的なふれあいや会話・交流で分泌されると言われています。看護の「看」という漢字は、「手と目」で作られている

また現在では、新型コロナウイルスに、人と会うことが難しい世の中になつていますが、最近のオキシトシン分泌に関する研究では、対面で話さなくても電話で話すことで分泌されると報告されています。この機会にご友人やお孫さんと電話で話したりするのも良いですね。



オキシトシンがたくさん出ますように

最後に、私事ですがただ今3歳児イヤイヤ期爆発中の息子と日々格闘中です！しかし、私に幸せホルモンを提供してくれる息子や個性豊かな息子のお友達、周囲の皆さまのおかげで幸せに過ごしていることに感謝いたします。そして、皆さまもオキシトシンの分泌を促進して、幸せに過ごしてください。



いことにチャレンジするなどということも分泌を促進する効果があるそうです。私は本学で、学生たちとお母さんと赤ちゃんのためのベビーマッサージ講座や市民の方を対象にハンドマッサージなどを行っていただいています。機会がありましたらぜひご参加ください。

## 大学図書館へようこそ！

今年は、大学祭も中止になりやや寂しい夏になりましたが、感染予防対策を取った上で徐々に対面授業や、サークル活動が行われるようになってきました。前期試験は11日～14日の予定です。

### 【8月の開館について】

- 14日(金)～22日(土)は17:00閉館、その他の日は18:50閉館です。
- マスク着用 ○手指消毒を徹底してください。
- 連絡先・入館時刻を明記してください。
- 利用する図書は電話やメールでご予約ください。
- 閲覧席は利用できません。

◆問い合わせ  
名寄市立大学図書館

☎ 01654⑧7671(直通)  
✉ ncu\_library@nayoro.ac.jp

## 大学図書館にはこんな本があります

～「知」への誘い～からもう1歩～

ホルモンやタッチケアに関する図書を紹介いたします。

『幸せになる脳はだっこで育つ』 山口 創/著 廣済堂出版  
→子どもとのスキンシップの大切さを多くの実例を通して語っています。

『マンガでわかるホルモンの働き』 野口 哲典/著 ソフトバンククリエイティブ  
→おもなホルモンについてわかりやすく解説しています。

『認知症の介護に役立つハンドセラピー』 鈴木 みずえ/著 池田書店  
→触れることにより認知症高齢者に良い影響があることを解説し、その手法を紹介しています。



# 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3226)

## その53 「手を洗う」



両手をすり合わせて、手を洗う動作をします。

今月の講師  
上川北部聴覚障害者協会名寄支部(※) 森 興市さん  
※名寄近郊に住む聴覚障がい者の会です。

誕生もち助成事業

# 健やかな成長を願って

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



山田 芽衣奈ちゃん  
令和元年5月生まれ  
保護者からの  
メッセージ

1才のお誕生日おめでとう★  
この1年でとても大きくなったね！  
これからもたくさんの可愛い笑顔をみせてね♪

「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)

# らくたべ 楽食レシピ

フレイルを予防しよう！

今月号の「楽食レシピ」は『くだものと黒豆のヨーグルト』です。簡単だけど、栄養価は抜群！食欲のない朝などにピッタリです。

## くだものと黒豆のヨーグルト

◆材料(1人前)  
黒豆(煮豆) …… 大さじ1  
バナナ …… 1/3本  
キウイ …… 1/4個  
ヨーグルト …… 100g  
ミックスマッツ …… お好みで



くだものと黒豆のヨーグルト

## ◆行程

- ①バナナ、キウイの皮をむき、一口大に切ります。
- ②うつわにヨーグルトを入れます。
- ③②に①のくだものと黒豆を盛り付けてできあがりです。お好みでミックスマッツをトッピングしてください。



只野さん 中村さん  
くだものは好きなものを使ってください。

◆調理のコツ  
ご家庭で余った黒豆などを使いましょう。カットフルーツを使うとより簡単に作れます。

## ◆栄養ポイント

キウイフルーツには、「タンパク質分解酵素」が含まれており、黒豆のタンパク質の消化吸収がよくなります。グリーンキウイは、ゴールドキウイに比べると「食物繊維」が豊富ですが、「ビタミンC」はゴールドキウイのほうが多いです。

## ◆栄養価(ナッツ10gを含む)

エネルギー量：187kcal  
炭水化物：21.0g / タンパク質：7.4g  
脂質：9.1g / 塩分：0.18g

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

# COLUMN 38 なよろっぽい家づくりの会

## 住まいの地震対策①

日本は、巨大地震がどこの地域でも発生する可能性もあっていて、それは突然に襲ってくるものです。発生に備え準備を整えようとも、家屋自体が地震に耐えらえるかという根本的な不安があります。家が倒壊すると火災や土砂崩れなどの二次災害から避難できず、また、事前に準備した備えも無駄になってしまいます。

### 《自宅の「建築年月日」を確認する》

建築年月日(厳密には建築確認申請日)が分かれば、おおよその家屋の耐震性が判断できます。建築基準法は、大地震が発生するたびに改正され、より耐震性の高い住宅を作ることに見直しされているのです。

まず一番大きな基準としては、建築年月日が昭和56年6月1日以後かどうかです。その日に改正された建築基準法の耐震基準は、従前の基準と比較して大きく内容が見直しされました。現在でも、この日以前なら「旧耐震基準」、以後なら「新耐震基準」と呼ばれ、地震対策の目安に使われています。これ以降に建築確認申請を取得した住宅であれば、**震度6強の地震が発生しても即座に「倒壊・崩壊する」可能性は低いと**されています。

次の基準は、建築年月日が平成12年6月1日以後かどうか

です。これは、平成7年に発生した阪神・淡路大震災がきっかけとして見直しされ、この日に改正されました。これまでは、建物の構造だけが対象となっていたところ、地耐力に応じた基礎構造が明記され、事実上、**地盤調査の実施が義務化**されました。この改正日以降に建築確認申請を取得した住宅であれば、さらに地震で「倒壊・崩壊する」可能性が低いと考えられます。

実際に、阪神・淡路大震災や東日本大震災が発生したときも、「昭和56年6月1日」以降に建築された家は、それ以前の家と比べ、被害が少ないことが確認されています。

以上のことから、「自宅の耐震性」は、「建築年月日」が1つの判断基準になるということです。

しかし新耐震基準を満たしていれば、絶対に倒壊しないとはいえません。あくまでもその可能性が低い、ということです。また「倒壊しない」から、そのまま住み続けられるとも限りません。続きは次回に・・・

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

# Let's 楽トレ!

## おうちで体操 リフレッシュ No.5



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

最近、ペットボトルのふたが開けにくいと感じることはありませんか? 握力は体の多くの部位の筋力と関連しているため、全身の筋力の程度を知るための指標として用いられます。足や体幹の運動と一緒に、手や指の運動も組み合わせて、全身のバランスが取れた運動を行いましょう。

## 手の運動



手の押し合わせ  
(10回3セット)



腕の綱引き  
(10回3セット)



指を押し合わせ脇をしめて、腕をそろえ左右に開く  
(10回3セット)



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



# もっと！ もち米プロジェクト

※  
62

毎月10日は  
「名寄もち米の日」

問い合わせ・申し込み先  
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2312)  
ホームページ [名寄もっともち米](http://nayoro-mochigome.com/)  
<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。

## 名寄のもち米ってこんな商品にも使われているんです

商品名 **銘菓 草分け** / 販売者 東陽軒 (名寄市西6南9)



大正14年(1925年)創業以来95年、3代にわたり伝統の味を守り続けている市内の老舗「東陽軒」。「草分け」は初代社長が考案した名寄産もち米はくちょうもちを使用したお菓子で、転勤などで名寄を離れてしまった方からも根強く愛されているお店を代表するロングセラー商品です。



商品名 **なよろ産もち米100% きり餅・まる餅**

/ 販売者 前原製粉株式会社 (兵庫県姫路市)

長年にわたり多くの種類のもち製品を製造している会社です。この「きり餅」と「まる餅」は名寄産のもち米を100%使用して作られています。風連瑞生地区のあぜに咲く、きれいな芝桜のパッケージが目を引く商品です。



# 大学生を持つ保護者の皆さまへ

名寄市市外学生を持つ保護者等応援プレミアム付き商品券交付事業の申請はお早めに

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策により、名寄市出身で市外の大学などに在籍する学生の生活を支えている保護者などに対し、市内で使用できる商品券を交付する「名寄市市外学生を持つ保護者等応援プレミアム付き商品券交付事業」については、申請受付期間が令和2年8月31日(月)までとなっております。

対象となる方で、まだ申請がお済みでない方はお早めに申請をお願いいたします。

## 対象者

基準日(令和2年6月19日)において、名寄市の住民基本台帳に登録されている方で、大学などに在籍する学生の保護者など。

## 申請方法

交付申請書のほかに、学生の在学証明書と申請者(保護者)の本人確認書類の写しを添えて、郵送または持参。

※「密」を避けるため郵送による申請にご協力ください。

※交付申請書データはホームページに掲載しているほか、先月号の広報と同時配布しています。

## 申請期限

令和2年8月31日(月)

## 問い合わせ

名寄市総務部企画課企画調整係  
☎01654③2111(内線3312)



# 新しい家族のカタチ

ある食品用ラップフィルム会社のWeb動画が男女共同参画の視点から大変興味深かったのでご紹介します。

冒頭、お父さんらしき男性は台所で洗い物、その間女性は子どもを寝かしつけ中、画面には「僕は手伝わない」という驚きのフレーズが。続けて共働き夫婦の日常の映像の中、仕事でも家事でもひたむきな男性がとことん文字で語ります。

「手伝う、じゃなくて僕もやるのが当たり前だと思うから。」「家族のカタチも仕事のカタチも変わったのだから、僕たちのカタチも変わるはず」

男性の自然に家事をこなす姿、時々小さな失敗もある完璧ではない姿、そして寛容な妻の姿に共感が持てます。



作成側によりますと、「家事や育児は、家族が家族として生きていくには欠かせないもの。共働きや在宅勤務が広がるいま、夫婦の間で「どっちがやる」ではなく、「一緒にやる」という考え方

も、世の中に広がりつつあります。互いが互いをもっと尊重し、支えあう世の中に」そんな思いを込めて作られた動画ということです。(興味のある方はインターネットで「僕は手伝わない」と検索してみてください)

加えて、金融サービス会社が毎年開催している「働くパパママ川柳」の今年の大賞作品をご紹介します。

「イクメンは 名もなき家事が できてから」

第2次名寄市男女共同参画推進計画においても「家庭生活における活動と他の活動の両立」を基本理念のひとつとし、家族を構成する男女がお互いに協力できる社会を目指しております。

今回の記事が、市

民のみなさまの男女  
共同参画について考  
えるきっかけとなれ  
ばと思います。

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3313)  
✉ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

# 海外から心当たりのない 荷物が届いた！

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 ☎01654③3575



昨日、海外からの荷物が国際郵便でポストに投函されていた。まったく心当たりがないので開封していない。表書きには中国語、英語の表記があり、宛名の住所・氏名・電話番号は私宛てになっている。ネット通販を利用した覚えもない。どうしたらよいか。(40代女性)



- ◆ポスト投函されていた荷物は、未開封であれば郵便局へ持参し受取拒否対応が可能です。
- ◆荷物を受け取ってしまった場合、注文していない商品であれば原則2週間保管した後、自由に処分することができます。
- ◆代金を請求されたときは、心当たりがなければ支払う必要はありません。クレジットカードなどの利用明細に不審な請求がないか確認しましょう。
- ◆届いた荷物がブランド品のニセ物と疑われる場合、海外に送り返すと関税法違反になることがありますので注意が必要です。
- ◆国内のネット通販で注文しても、海外から配送されることがあります。「ネット通販で注文したのにまだ届いていない。家族が注文したプレゼントなどではないか？」など確認しましょう。また、配送予定があれば家族で情報を共有しておきましょう。



困ったときは早めに消費生活センターに相談ください。

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

### 子育て支援センター



子育て支援センターは、未就学児童が保護者と一緒に利用できる施設です。  
地域子育て支援センター「ひまわりらんど」(西2南9)  
〒016542(西2南9)  
☎01655425983  
✉mykosodate@soudan@city.nayoro.lg.jp  
開館 9時～12時  
13時30分～16時  
休館 土・日・祝日・年末年始  
風連地域子育て支援センター「こぐま」(風連町西町284)  
認定こども園(風連幼稚園内)  
☎0165532133  
開館 遊びの広場 10時～  
11時30分  
相談 10時～15時  
休館 水・金・土・日・祝日・年末年始

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)  
〒016542(西2南9)  
☎01655425983  
✉mykosodate@soudan@city.nayoro.lg.jp  
開館 9時～12時  
13時30分～16時  
休館 土・日・祝日・年末年始  
風連地域子育て支援センター「こぐま」(風連町西町284)  
認定こども園(風連幼稚園内)  
☎0165532133  
開館 遊びの広場 10時～  
11時30分  
相談 10時～15時  
休館 水・金・土・日・祝日・年末年始

### ひまわりらんど



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用の際は電話などで事前予約してください。来館前にひまわりらんどまで、ご連絡をお願いします。

### こぐま

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、1日の利用者数は親子8組とします。電話などで事前予約をお願いします。

### 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～19時  
※17時以降は1階のみ  
土・日 9時30分～17時  
休館 月・月未・祝・年末年始  
図書館風連分室(風連町西町201)  
風連中央小学校内  
☎0165578000  
開館 月・金 9時30分～17時  
土 9時30分～13時  
休館 日・月未・祝・年末年始

### 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

企画展示「北に生きる猫」  
文学講座「作家たちの人間模様」  
とき 8月22日(土)、29日

### 博物館

北国博物館(緑丘222)  
☎0165422575  
✉mykitahaku@city.nayoro.lg.jp  
開館 9時～17時  
休館 月・年末年始  
風連歴史民俗資料館(風連町南町85)  
※問い合わせは北国博物館へ



▲ギャラリーホールの様子

◆企画展(無料) 第42回特別展「フクロウ」  
道北地方に生息する10種類のフクロウ類を中心に、体の仕組み、生態、生息環境、アイヌ文化や人との関わりなどを紹介し、剥製、解説パネル、ふくろうグッズなど約100点を展示しています。フォトギャラリーでは、幌延町の写真家、富士元寿彦さんの撮影作品が見られます。

◆出品者 長谷川定雄さん、今中秀昭さんなど

◆手作り作品展  
いま私たちにできること  
活動自粛中の名寄白樺合唱団のメンバーが、木工クラフト、小枝クラフト、ペーパークラフト、洋裁など、それぞれの趣味を生かした作品を持ち寄り発表します。



◆とき 8月25日(火)まで開催中  
◆ところ 北国博物館ギャラリーホール  
◆構成  
①フクロウの仲間たち  
②人間とフクロウ  
③北国のフクロウと森  
④フォトギャラリー

◆土曜読書会  
とき 8月8日 13時  
◆対象 誰でも参加可  
◆内容 ビブリオトーク(参加者同士による本の紹介と意見交流)  
◆持ち物 お気に入りの本1冊  
◆図書館からの挑戦状  
◆とき 8月9日(日)から16日(日)  
◆対象 3歳から小学生まで  
◆内容 カプセルトイから出た課題に挑戦して、達成証をもらう  
◆一日司書体験(予約制)  
◆とき 8月11日(火) 9時

◆定員 15名(電話または直接申し込み、定員になり次第締め切り)  
◆講師 佐藤喜代枝氏  
◆三三展示コーナー  
・北海道青少年のための200冊  
・夏バテ知らずでおいしいごはん!

### 公民館

市民文化センター(西13南4)  
☎0165422218  
FAX 0165422356  
✉n.bursen@city.nayoro.lg.jp  
開館 8時～22時  
休館 月未・年末年始  
風連公民館(風連町本町63)  
ふうれん地域交流センター内  
☎0165532620  
FAX 0165532321

### 市民文化センター

夏休み子ども写生会  
夏休みに、自然の中でのびのびと絵を描きませんか!  
◆とき 8月12日(水) 10時～14時  
◆ところ 浅江島公園(名寄市民文化センター集合)  
◆講師 棚橋 麗子氏(棚橋美術教室 主宰)  
◆対象 幼児、小学生、中学生、高校生、保護者  
◆持ち物 写生用具一式、昼食、飲み物、帽子、敷き物など  
◆作品展示  
◆期間 8月12日(水)～21日(金)(最終日は午前中まで)  
◆場所 名寄市民文化センター 展示ホール  
◆申し込み 不要です。当日

令和3年名寄市成人式  
令和3年名寄市成人式実行委員会を募集します。  
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?  
◆内容 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だきます。  
◆対象 平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの市民



▲昨年の写生会のような様子

◆定員 10人程度  
◆募集期限 10月1日(木)まで  
◆申し込み 電話またはメールで名寄市民文化センターまで。  
◆学習分野 心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科など  
◆出願期間  
◆第1回募集 6月10日(水)～8月31日(月)  
◆第2回募集 9月1日(火)～9月15日(火)  
◆資料請求 放送大学北海道学習センター  
☎011-736-6318

放送大学10月生募集  
放送大学では、令和2年度第2学期(10月入学)の学生を募集しています。放送大学は、テレビなどの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。  
◆学習分野 心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科など  
◆出願期間  
◆第1回募集 6月10日(水)～8月31日(月)  
◆第2回募集 9月1日(火)～9月15日(火)  
◆資料請求 放送大学北海道学習センター  
☎011-736-6318

令和3年名寄市成人式  
令和3年名寄市成人式実行委員会を募集します。  
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?  
◆内容 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だきます。  
◆対象 平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの市民

### 児童センター

児童センター「ほっこり」  
(西11北2)  
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

バス遠足は中止します

本まつりおよび本バス遠足は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止とします。ご理解いただけますようお願いいたします。

#### ぬりえコンテスト



エントリーしてくれた全員に参加賞もありますよ。

◆とき 8月31日(月)～9月5日(土) 14時30分～16時30分

◆ところ 児童センター 児童室

◆対象 市内小学生

◆定員・申し込み なし

◆持ち物 上靴、マスク  
※詳細はよろここ9月号でお知らせします。

### 天文台

なよろ市立天文台「きたすばる」  
(日進157道立サン・テラパーク見学の丘)  
01654②3956  
FAX 01654②0267  
✉ kitasubarunayoro-star.jp  
HP https://www.nayoro-star.jp  
開館 火～日・祝日  
13時～21時30分  
(21時までに入館)

#### 8月の利用案内

◆休館日 24日(月)、31日(月)  
(23日(日)まで無休)

◆観覧料 一般410円、学生310円、65歳以上200円、高校生以下無料

◆予約について  
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間、望遠鏡の見学・観望会、プラネタリウムの観覧、イベントは予約制とします。(1階展示コーナーは予約不要、イベントは各イベントの詳細をご確認ください。)

◆予約方法 電話にて受け付け 13時～20時(休館日を除く)

◆予約受付期間や状況については、天文台Webページで公開しています。

◆天体観望

◆月面が見える日 1日(土)～5日(水)、22日(土)～30日(日)

◆今月見える惑星 水星(上旬のみ)、金星、木星、土星

◆16メートル「ピリカ」望遠鏡見学・観望

◆見学のみのみ 1日(土)～30日(日) 13時～18時30分頃(休館日を除く)

◆天気が良ければ星が見える日

1日(土)、2日(日)、7日(金)～9日(日)、14日(金)～16日(日)、21日(金)～23日(日)、28日(金)～30日(日) 19時頃～21時30分

◆プラネタリウム

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	イマジン・ザ・ムーン 月への想い	見上げた空のその先に
16:00	銀河の渚で	銀河の渚で
18:00	イマジン・ザ・ムーン 月への想い	イマジン・ザ・ムーン 月への想い
20:00	銀河の渚で	銀河の渚で

◆パールセウス座流星群観望会  
3大流星群の1つ、パールセウス座流星群を見ませんか。

◆とき・定員 8月12日(水) 13日(木)

①20時～20時50分 定員15名

②21時～21時50分 定員15名

③22時～24時 定員20名

◆参加費 観覧料のみ

◆申し込み 事前申込必須

13時～20時の間に天文台までお電話ください。(参加申し込みの受付開始は8月3日(月)からです。)

◆木星・土星観望

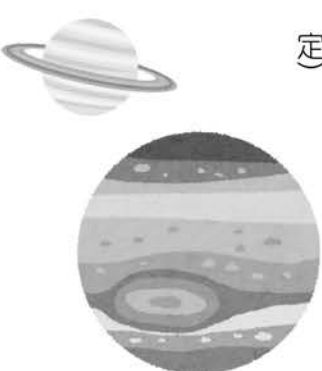
しま模様の木星と立派な環の土星、2つの惑星を望遠鏡で見ませんか。

◆とき 8月25日(火)～30日(日) 20時～21時30分

◆参加費 観覧料のみ

◆申し込み 事前申込必須

(詳細については、今後天文台Webページにて公開予定)



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。

8月の太陽・月の暦			
日	日の出	日の入	月の形
1日	4:15	18:57	4日 ○満月
10日	4:25	18:45	12日 ●下弦
20日	4:37	18:29	19日 ●新月
31日	4:50	18:10	26日 ●上弦

土星

望遠鏡でその姿を見た瞬間「わつ」と驚くほど、立派な環を見ることができ惑星が土星です。土星は太陽系の惑星の中では、木星の次に大きく、主に水素でできています。巨大ガス惑星です。太陽からは、約14億km離れており、太陽の周りを約30年かけて1周しています。

2020年5月21日  
(撮影者 渡辺文健)

#### 夜間窓口

◆とき 8月25日(火) 17:30～19:30

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

#### 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

- ヤマハエレキーン(20年位前)
- ブリタニカ百科事典(30年位前)
- ルームウォーカー
- IH電磁調理器卓上型 (ドリテック製 5年以上前)
- 折り畳み自転車(15年位前の物)
- 座椅子

◆ゆずってください

- リヤカー

#### 風連農村環境改善センターに新トランポリンを設置

スポーツ振興くじ(500)助成事業を活用し、トランポリン器具一式・マット一式を購入しました。子どもたちの体力・運動機能の向上やトランポリン競技者の競技力向上、また体験教室などで活用していきます。

◆風連生涯学習担当  
01655③2620

#### 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8月3日(月)～31日(月) 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。

◆総合政策課秘書係 名3階(内線3304)

#### 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。

◆点検時間 10時～12時、13時～16時

◆多少変更の可能性あり

◆8月点検地域 麻生、徳田(北西側)、15区、16区、マーガレット区、サンピラ

1区、鉄道区、第18区、徳田(北東側)、高見区、緑丘、農高区、旭ヶ丘区、南ヶ丘区、第14区(南側)、徳田(東側)

#### 風連農村環境改善センターに新トランポリンを設置

スポーツ振興くじ(500)助成事業を活用し、トランポリン器具一式・マット一式を購入しました。子どもたちの体力・運動機能の向上やトランポリン競技者の競技力向上、また体験教室などで活用していきます。

◆風連生涯学習担当  
01655③2620

◆タッチケアサロンのご案内  
新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点により、当面の間、タッチケアサロンの開催を見送っています。再開する際は、市立大学ホームページに掲載いたします。

◆HP https://www.nayoro.ac.jp/

#### 金婚を迎えるご夫婦に記念品を贈呈します

◆対象 市内に在住し、今年で結婚50年(昭和45年1月1日～12月31日)に結婚された方)を迎えるご夫婦

※一度受けられた方は対象になりません。

◆申込先 名寄市社会福祉協議会

◆申込期限 8月14日(金)

◆名寄市社会福祉協議会  
01654③9862

#### 北海道ミライノート

道では、皆さまが撮られた素敵な写真をインスタグラムで収集し、その魅力を道内外で紹介するWEBサイトを開発しています。風景やご当地食材、地域に住む子どもたちの笑顔など、ご自慢の写真をインスタグラムに投稿してもらい、北海道の魅力発信に協力ください。

なお、写真の投稿方法やサイト利用規約など、詳しくは次の二次元バーコードを読み取りご確認ください。

◆北海道総合政策部知事室 広報広聴課調整係  
(札幌市中央区北3西6)  
011(204)5108



北海道ミライノート  
HOKKAIDO MIRAI NOTE

#### 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、その家族であればごなたでも参加できます。

◆とき 8月27日(木) 14時～16時

◆ところ 市立総合病院2階和室(西7南8)

◆内容 医療用ウィッグについて情報交換しませんか?医療用・部分ウィッグ体験試着もできます。

◆市立総合病院 地域医療連携室  
01654③3101



#### 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。

◆点検時間 10時～12時、13時～16時

◆多少変更の可能性あり

◆8月点検地域 麻生、徳田(北西側)、15区、16区、マーガレット区、サンピラ

1区、鉄道区、第18区、徳田(北東側)、高見区、緑丘、農高区、旭ヶ丘区、南ヶ丘区、第14区(南側)、徳田(東側)

◆名寄消防署  
01654③3319

◆名寄防務  
01654③3319

◆名寄庁舎  
01654③2111

◆風連庁舎  
01655③2511

◆名寄市社会福祉協議会  
01654③9862

◆北海道総合政策部知事室 広報広聴課調整係  
(札幌市中央区北3西6)  
011(204)5108

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

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

**消防訓練を実施します**  
上川北部消防事務組合管内で、管轄の消防署だけでは対応できない災害が起きたことを想定し、管轄外からの応援出動や消防隊員の連携を図る訓練を実施します。近隣の住民の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆とき 9月3日(木) 10時  
55分から4時間程度

◆ところ 風連雪堆積場(風連町緑町)

◆内容 大規模な林野火災を想定し、ヘリコプターによる隊員現地投入訓練や消防車を連結した遠距離放水訓練などを実施

◆参加機関 名寄消防署、下川消防署、美深消防署、中川消防支署、音威子府消防支署、北海道防災航空室  
※雨天の場合中止します。



問 上川北部消防事務組合 消防本部消防企画課 (西4北3) ☎01654③2627

風 風連庁舎(☎01655③2511)

**情報公開制度などの利用状況(令和元年度)**

市では、公正で開かれた市政の推進を目指し、市政への市民参加を促進するために、情報公開条例に基づいて情報公開を実施し、個人情報保護条例において、個人情報の適正な取り扱いと、市が保有する個人情報の開示請求等の権利などを定めています。

情報公開窓口では、情報開示請求や個人情報の開示請求等の受け付けをはじめ、市政に関する情報についての相談や案内を行っています。また、市政に関する刊行物や資料等も備え、閲覧もできますのでご利用ください。

令和元年度中の利用状況は次のとおりです。

◆情報公開請求の件数  
請求件数 6件  
公開 3件  
一部公開 2件  
非公開 1件

◆個人情報開示請求の件数  
請求件数 0件



問 総務課総務係 3階(内線3329)

名 名寄庁舎(☎01654③2111)

**北方領土返還要求署名**

市では、8月を「北方領土返還要求運動強調月間」として署名活動に取り組みます。北方四島の早期返還を実現するため、皆さまのご協力をお願いします。

◆署名設置場所  
◆ところ 市役所名寄庁舎・風連庁舎各1階ロビー

◆期間 8月3日(月)～8月31日(月)まで

問 総務課総務係 3階(内線3321)

《住まいのお店》 省エネ・エコロジー住宅の

**新築・全般リフォーム**

貸家もあります！ マンション アパートから 車庫まで!!

**株式会社坂下組**

名寄西1南9/電話 2-3230 FAX 2-3419 メール sakashitagumi@fork.ocn.ne.jp

**市道東橋線通行止め**

長寿命化修繕工事を行うため、通行ができなくなります。ご理解とご協力をお願いいたします。

◆ところ 字旭東(東橋)  
◆対象 車両・歩行者  
◆期間 9月1日(木)～10月15日(木)

※夜間または休工中の場合は通行可能です。  
※工事の進捗により期間が前後します。



問 都市整備課土木係 2階(内線2221)

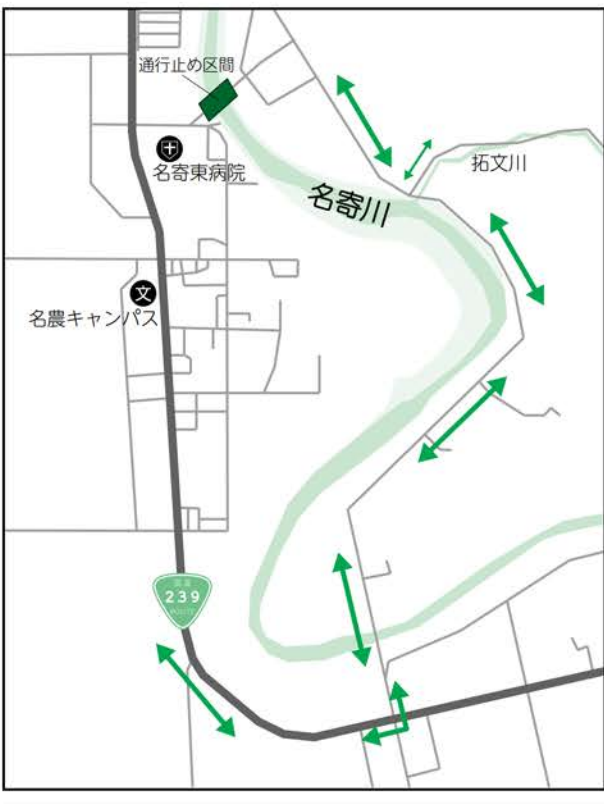
**名寄地区広域最終処分場の一時閉鎖**

名寄地区広域最終処分場(宇内邇)は、次の日程で計量器の検査を実施するため、埋立ごみ・粗大ごみの搬入ができません。ご理解とご協力をお願いいたします。

◆日時 8月5日(水) 11時45分～14時



問 名寄地区広域最終処分場 ☎01654②1598  
問 環境生活課廃棄物対策係 1階(内線3123)



問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

**道管住宅入居者の募集**

◆書類配布期間 8月5日(水)～28日(金) ※13、14日および土日祭日を除く

◆募集受付期間 8月17日(月)～28日(金) ※土日を除く

◆申込方法 収入のわかるもの(源泉徴収票など)と、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。

◆障害者手帳などをお持ちの方は持参してください。

◆入居時期 10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 9月3日(木) 14時  
◆ところ 駅前交流プラザ「よろーな」(東1南7)  
◆コンピューターによる抽選となります。



風 風連庁舎(☎01655③2511)

団地名	住所	規格	家賃	建築	階数	備考
ノースタウン名寄プラタナス棟	621号 東1北6	2LDK 62.2㎡ 1戸	1万6,400～2万4,400円	H2	2階	世帯向け
ノースタウン名寄プラタナス棟	631号 東1北6	2LDK 62.4㎡ 1戸	1万6,400～2万4,500円	H2	3階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	531号 東1北6	2LDK 62.4㎡ 1戸	1万6,900～2万5,100円	H4	3階	世帯向け
ノースタウン名寄アカマツ棟	532号 東1北6	2LDK 62.4㎡ 1戸	1万6,900～2万5,100円	H4	3階	世帯向け
名寄マーガレットヴィラB棟	435号 西2南11	2LDK 63.1㎡ 1戸	1万9,800～2万9,500円	H11	3階	世帯向け

**募集住宅**

◆健康づくり体操教室  
◆とき 8月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木) 9時30分～11時15分

◆ところ 総合福祉センター(西1南12)多目的ホール

◆対象 おおむね60歳以上

◆内容 ラジオ体操、フォークダンス、民謡踊り、自きょう術

◆持ち物 上靴

◆申し込み 当日会場で受け付けます。

問 高齢者支援課高齢福祉係 2階(内線3231)

お問い合わせ

申し込み

名寄庁舎(01654-2111)

風連庁舎(01655-2511)

現況届・所得状況届の提出を忘れずに

次の手当を受給している方は、現況届・所得状況届の提出が必要...

児童扶養手当

父母の離婚などにより、満18歳(達した年度を含む)までの子どもを養育している...

※現況届の提出が必要です。

◇郵送予定 8月上旬

◇提出期限 8月31日(月)

※提出がない場合、11月以降の手当が受けられません。

特別児童扶養手当

中程度以上の障がいがある20歳未満の子どもの養育している父または母などに支給される手当。

※所得状況届の提出が必要です。

◇郵送予定 8月上旬

◇提出期限 9月11日(金)

※提出がない場合、8月以降の手当が受けられません。

子ども未来課子育て支援係

2階(内線3241) 3245

ひとり親世帯臨時特別給付金を支給します

基本給付対象者 ①市から令和2年6月分の児童扶養手当を受給される方...

※受給資格者の認定を受けられてなくても、全額または一部停止と同程度と認められる場合、対象となります。

③家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

◇給付額 5万円、第2子以降1人につき3万円を加算

◇申請方法 ①の該当者は不要です。それ以外の該当者は、詳細が確定次第ホームページでお知らせします。

◇追加給付対象者 基本給付条件の①または②に該当する方のうち家計が急変し、収入が減少した方

◇追加給付額 5万円

◇申請方法 詳細が確定次第ホームページでお知らせします。

名 2階(内線3241) 3245

ブロック塀や組積造の塀の維持管理について

老朽化したブロック塀などは、地震等により倒壊して、通行人への被害や車両の通行阻害の発生する可能性があります...

◇ブロック塀の点検ポイント ①高さが2.2m以下である

②厚さが15cm(高さが2m以下は10cm)以上である

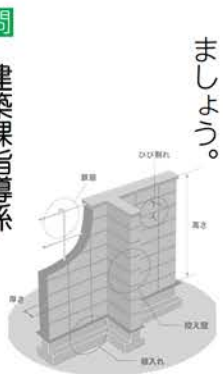
③高さが1.2m超の場合、長さ3.4m以下ごとに、高さの5分の1以上突出した控え壁が設置されている

④基礎の根入れ深さが30cm以上である

⑤傾きやひび割れがない

⑥必要な鉄筋が入っている

※1つでも不適合がある場合、自分からしないことがあれば、建築士等の専門家に相談しましょう。



建築課指導係 2階(内線2226)

名寄東小「コミュニティ」カレッジ受講生募集

子どもたちと交流し楽しく学びませんか。

◇開設期間 9月(入学)〜令和4年7月(卒業)【2年間】

◇受講日 毎月第1・3火曜 10時30分〜12時

◇講師 市立大学の先生、ボランティアの講師など

◇入学式 9月8日(火)

◇備考 給食費は自己負担

みずなら講座受講生募集

生涯学習の一環として「みずなら講座」も随時に開設しています。

◇受講日

①陶芸教室 毎月第4水・木曜 18時30分〜21時

②書道教室 毎月第1・3木曜 18時30分〜21時

◇講師 ①蠣崎 美紀子氏

②米山 幸悦氏

◇共通事項

◇対象 市民の皆さん

◇受講料 いずれも無料

◇申込方法 8月21日(金)までに申込書に記入し、提出してください。(FAX可)

名寄東小学校(大熊教頭)

01654-2041

FAX 01654-4179

令和2年国勢調査を実施

国勢調査は5年ごとに全国一斉に実施され、日本国内に住むすべての人・世帯を対象とする大切な統計調査です。

今年はその該当年となっており、10月1日を調査の基準日として、9月上旬より調査票を各世帯へ配布します。

調査結果は、福祉施策や生活環境整備、災害対策など、日本の未来をつくるために欠かせないさまざまな施策の計画策定に役立てられます。調査へのご理解とご協力をお願いします。



令和2年国勢調査

名寄市実施本部 4階(内線3441)

名寄市文化賞の推薦を

市では、市の文化の発展に著しく貢献された方に対して、名寄市文化賞を贈っています。

令和2年度名寄市文化賞の候補者を募集していますので、対象となる方がいましたら推薦をお願いします。

◇対象になる分野 芸術、科学、産業、体育、福祉

◇推薦対象 市の文化の発展に著しく貢献された個人または団体で、8月31日現在、市内に5年以上在住する方または5年以上主たる事務所を有する団体。

◇推薦方法 市役所(名寄庁舎総務課・風連庁舎地域住民課)にある推薦書に必要事項を記入し、申込先へ提出してください。

◇提出期限 9月10日(木)

総務課総務係

3階(内線3321)

黙とうを捧げましょう

戦争や原爆による死没者の冥福と恒久的な平和の実現に向け、次の日時に家庭や職場などで黙とうを捧げられますようお願いします。

◇8月6日(木) 8時15分

◇8月9日(日) 11時2分

◇8月15日(土) 12時

※式典の黙とうにあわせて、1分間のサイレンを吹鳴し

ます。

総務課総務係

3階(内線3321)

「名寄」

ありがとうございました

(順不同・敬称略)

交通安全のために

○大道警備保障株式会社 (野田 勲夫代表取締役)

学校給食のために

○道北なよろ農業協同組合 (東野 秀樹 代表理事組合長)

北国雪国ふるさと交流館 (雪あかり館)のために

○北国雪国ふるさと交流館 (雪あかり館)のために

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

○名寄文具商組合 (湯川 孝一組合長)

広告

まちの活性化のための「なよろ地域商品券」ご利用いただけます。

お問い合わせ(事務所) TEL01654(2)3669

その出会いに想いを込めて。



株式会社 三浦ハイヤー

代表取締役社長 眞鍋 和一

TEL 01654-2-4321

# 8月市民カレンダー

# August

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
<b>児童生徒の帰宅時刻</b> 小学生 18時 中学生 19時 高校生 21時 生徒指導・補導協議会 (小・中・高等学校)	<b>9月の予定</b> ★9/3 消防管内合同訓練 (風連町緑町・雪堆積場)	<b>風連陶芸センター陶芸教室</b> ◆とき 8/27(木) 要予約 ①9:00~12:00 ②13:00~16:00 ③18:00~21:00 ※各11人まで ◆費用 粘土代1kg200円 ◆持ち物 エプロン・上靴、マスク着用など ◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743			★特別展「フクロウ」 (25日まで)	★本の読み聞かせ 13:30
2	★3 水遊びデー 14:30~16:00	★4 水遊びデー 14:30~16:00 ★企画展示「北に生きる猫」 (23日まで、図書館名寄本館)	5	★6 運転免許更新時講習会 違反14:00、一般17:30、 優良19:00 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	7	★8 本の読み聞かせ 13:30
★9 図書館からの挑戦状 (16日まで、図書館名寄本館)	★10 山の日 名寄もち米の日 	★11 一日司書体験 (図書館名寄本館)	★12 夏休み子ども写真会 10:00~14:00 ★ペルセウス座 流星群観望会 ①20:00~20:50 ②21:00~21:50 ③22:00~24:00	★13 運転免許更新時講習会 優良13:00、一般14:00 ★ペルセウス座 流星群観望会 ①20:00~20:50 ②21:00~21:50 ③22:00~24:00	★14 こわいおはなし会 15:30 (図書館名寄本館) ※今年の市民盆踊り 大会は中止です。 	★15
16	17	18	19	★20 教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	21	★22 本の読み聞かせ 工作「ティッシュボックス」 13:30
23	24	★25 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 ★木星・土星観望会 20:00~21:30 (30日まで)	26	★27 フレップの花、咲く頃に 開場18:00、開演19:00	28	★29 手作り作品展 (9月29日まで) ★本の読み聞かせ 13:30
30	★31 めりえコンテスト 14:30~ (9月5日まで)	 モッチトを食べて阿部雅司さんと歩こう！ (7月19日)			 <h2>マチイロ</h2> 広報なよろが アプリで読める  ◀ダウンロードはこちらから	

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

## Airてっしで

市からのお知らせを放送中

市からのお知らせやイベント情報などを紹介しています。

### ◆放送

毎週月～金曜日 ① 8:10  
② 12:30  
③ 17:10

※災害時には防災・緊急情報をお知らせします。

## 名寄市の人口

令和2年6月末日現在

### ◆人口

全体 27,080人(-4)  
男 13,156人(2)  
女 13,924人(-6)

外国人住民登録者 75人(0)

出生 15人(-2)  
死亡 18人(-3)

### ◆世帯数

全体 14,346世帯(4)

※( )は前月末比

## 広報 なよろ

令和2年8月1日発行 第173号

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

## 名寄市役所

開庁時間 [平日]8:45~17:30 ☎01654③2111(交換)

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

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

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

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