

# 広報 なよろ

2021  
January  
No.178

1

年頭のあいさつ  
・2020トピックス 2-3ページ

健康ガイド 6-7ページ

なよろの除雪 8-9ページ



4-5ページ ぼくの夢 わたしの夢

名寄市



名寄市公式  
facebook



名寄市公式  
アカウント

写真：新春こども書き初め広場  
(2020年1月9日撮影)

# 広報 なよろ

年頭のごあいさつ  
2020トピックス  
..... 2-3

ぼくの夢わたしの夢  
..... 4-5

健康ガイド  
..... 6-7

なよろの除雪  
..... 8-9

名寄市立大学の窓から  
～知への誘い～  
..... 10

フォトでお知らせ・広報版・  
..... 11

「なよろ冬カレンダー」作品募集  
名寄市青少年健全育成標語作品  
..... 12

なよろっぼい家づくりの会  
空き家を適切に管理しましょう  
..... 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・天塩川だより  
..... 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

Nスポーツミッション  
名寄にUターン  
..... 17

施設のお知らせ  
..... 18-20

暮らしのお知らせ  
..... 21-25

年頭の「あけましておめでとう」

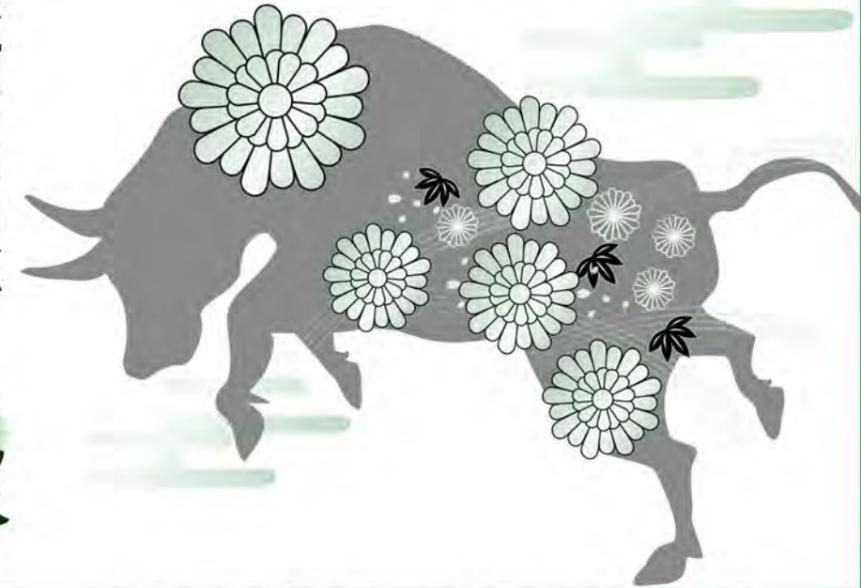
## あけましておめでとう ございます

あけましておめでとつございませう。輝かしい新春を市民の皆さまと迎えることができ、大変うれしく思います。

昨年、名寄市においては、大きな自然災害が無く天候にも恵まれ、基幹産業の農業では、もち米で30万俵を超える過去最高の生産量となったほか、他の作物についても、おむね堅調となりました。生産者の皆さまのご努力に深く敬意を表します。

一方で、新型コロナウイルスに世界中が大きく影響を受ける1年となりました。名寄市においても、市民の皆さまに、さまざまな感染症対策を講じていただき、市民生活を送られていることに感謝申し上げます。

「マスク着用」「手指消毒」「3密回避」「ソーシャルディスタンス」「リモートワーク」などといった新しい生活様式が推奨され、さまざまな価値観が大きく変わりつつあるように思えます。そのなかで、一向に感染が収まらないことによる不安やいら立ちからなのか、国や行



政の対策への不満、感染者や濃厚接触者への誹謗中傷、自粛警察など、不寛容な空気が日本の社会を支配しているように感じます。

名寄市では、昨年末に「コロナ差別ゼロ宣言」を打ち出しました。感染対策を十分に講じ、できる限り感染リスクを減らすことが大変重要ですが、欧米の事例から見ても明らかのように、ロックダウンをしても感染リスクをゼロにすることはとても困難です。ですから、社会活動と感染対策のバランスを取りながら地域を運営していくしかありません。皆さまとともに一丸となって感染防止策に取り組む、万が一、感染者が出た場合には、できる限りの策を速やかに講じ、感染拡大を徹底的に抑止してまいります。一方で、医療従事者の献身的な努力に感謝の気持ちを忘れず、感染者などへの風評被害を無くし、思いやりを持った行動をとることが大切ではないでしょうか。今こそ、思いやりの心が広く波及し、みんなでさまざまな地域課題を前向きに解決していければと考えます。まずは、足元の動向をしっかり見極めつつ、新型コロナウイルスに対する対策を逐次行なってまいります。

すでに昨年夏以降、東京からの人口流出超過傾向が続いていることに加え、日本政府は2050年までにカーボンニュートラル（二酸化炭素ネット排出量ゼロ）の目標を打ち出すとともに、今年秋までにデジタル庁の新設を予定しています。コロナ禍において、環境問題へのさらなる意識の高まりと、デジタルシフトによる急速な社会変革により、都市から地方へという流れはますます本物になります。一昨年、名寄市の大手製紙工場撤退のニュースが大きな衝撃をもたらしましたが、こうした社会の大きな転換期の象徴ともいえる事案でした。新たな挑戦をするきっかけを与えていただいたものと前向きに捉えて、本年も北海道の中核都市としての名寄市の果たすべき役割をしっかりと認識し、時代の潮流を見据え、さまざまな事業を展開してまいります。

皆さまの、今年一年のご健勝とご多幸を、心からお祈り申し上げます。



名寄市長  
加藤 剛士



- 2020トピックス
- ◆ 16日、神奈川県在住の30代男性から国内で初めて新型コロナウイルスが検出される
  - ◆ 市民文化センター多目的ホールで世界的プロゴルフツアーである中嶋常幸さんが講演
  - ◆ 名寄警察署落成式が開催、25日から新庁舎で本格的に運用開始
  - ◆ 北海道の鈴木知事が「緊急事態宣言」を出し、道民に外出を控えるよう呼びかける
  - ◆ 新型コロナウイルス感染症拡大防止対策により、選抜高校野球大会が史上初の中止、東京五輪が史上初の延期
  - ◆ 安倍首相が全国を対象に「緊急事態宣言」を行う
  - ◆ なよろ市立天文台が開台10周年、昨年11月から募集し決定したロゴマークを披露
  - ◆ 国の「緊急事態宣言」が解除され、プロ野球やJリーグなどが再開に向けて動き出す
  - ◆ 部分日食観望会をなよろ市立天文台で開催。次回は10年後ということもあり多くの市民で賑わった。
  - ◆ 5年に1度、国が実施する国勢調査が実施される
  - ◆ プロ棋士の藤井聡太さんが第91期棋聖戦を制し、タイトル獲得最年少記録を更新
  - ◆ 熊本県を中心に、九州や中部地方にかけて豪雨災害が発生
  - ◆ 平成15年に風連町制施行50周年を記念し収録したタイムカプセルの開封セレモニーが行われる
  - ◆ 安倍首相が辞意を表明、内閣総理大臣の連続在職日数は2822日で歴代最長
  - ◆ 自民党総裁選挙に安部内閣の官房長官だった菅義偉氏が選出、その後第99代内閣総理大臣に就任
  - ◆ 開催を延期していたなよろ憲法記念ハーフマラソンを20日に開催
  - ◆ もち米のブランド力向上と消費拡大を目的に名寄産もち米のロゴマークを制作
  - ◆ 名寄地区市街地を占拠、信号も無点灯して「まちなか運動会」を開催
  - ◆ 新規観光事業「SURVIVAL GAMES in NAYORO」を実施
  - ◆ 旧本原天文台が解体。代わりに産業高校生が精巧な模型を制作し、きたすばる天文台へ引き渡される。
  - ◆ アメリカ大統領選挙がほぼ確定、次期大統領にジョー・バイデン氏

# ぼくの夢 わたしの夢



今年の干支は「丑」  
丑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。

※各小学校からクラス代表の方を選んでもらい、取り上げています。

【50音順】

## 社会人編！ 名寄で頑張る 丑年さんの 今年の目標

名寄で活躍する丑年生まれの社会人に、今年の目標を一言聞いてみました。

荒木 遥さん(23歳)



名寄市立総合病院で医療事務スタッフとして働いている荒木さん。動きはじめて現在3年目、医療事務の資格を取るために勉強中！「いつも笑顔で心がけて、これからも頑張ります！」

金子 春夫さん(35歳)



風連日進地区で農業を営んでいる金子さんは、平成18年より両親の元で就農し、平成25年に独立。現在はもち米などを作っています。「今年は密苗栽培でのもち米づくりに挑戦します！」と抱負を語ってくれました。

ぼくの夢は農家になることです。理由は2つあります。1つ目は、お父さんが農家だから、あとをつぎたいです。いつもお父さんは、夜おそくに帰ってくるので、手伝ってお父さんを助けたいです。2つ目は、名寄の特産物のもち米を作っているの、特産物を作り続けて守っていききたいからです。なので、ぼくは農家になりたいです。



私の将来の夢は、保健師になることです。理由は私が小学2年生のときにフローレンス・ナイチンゲールの本を読んで、医療や看護の仕事について知り、色々な人の役に立ちたいと思ったからです。これからたくさん勉強し、名寄市立大学の看護学科に入って、立派な保健師になりたいです。



ぼくの将来の夢は、バスケットボール選手です。理由は、千葉ジェッツの富樫勇樹選手のようにオフェンスもディフェンスもうまくなくて、色々な人に注目されたいからです。今年は地区予選を勝ち抜き、全道大会に出場できることになりました。夢に近づけるよう、全道大会で活躍できるようにがんばりたいです。



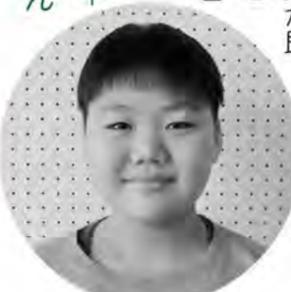
私の将来の夢は、小学校の先生になることです。お母さんが小学校で働く姿を見て、あこがれました。先生になるために、まずは今やっている勉強を真剣にがんばりたいです。また、学習したプリントの見直しをていねいに行いたい。そして、困っている人がいたら助けられるやさしい先生になりたいです。



私の夢は弁護士になることです。みんなのために活躍している弁護士の姿を見て、カッコいいと思ったからです。学習面では、算数がんばっています。算数はいろいろな場面で使うからです。生活面では、思いやりをもって行動するように心がけています。将来、弁護士になれば、たくさん人の困っている人が正しい道に進めるように助けたいです。



ぼくの将来の夢は、ウェブデザイナーです。なぜかというと、インターネットのデザインに興味があるからです。パソコンを使いこなせるように、キーボードの早打ちやプログラミングを頑張つて、みんなに自分のウェブサイトをたくさん見てほしいです。そのためには、今よりもっと頭が良くなるように勉強を頑張つて、大学を目指したいです。



私の将来の夢はマンガ家になることです。理由は2つあります。1つ目の理由は、実際にマンガを読んでみておもしろかったから、私も人を笑顔にするマンガを描きたいからです。2つ目の理由は、私は小さい頃から絵やお話を描くのが好きだからです。これからもマンガを描いていきたいです。



僕の将来の夢は、コックになることです。理由は2つあります。1つ目は、親を楽にしたいから。僕がおうちでも料理を作つて、親のすることをへらしてあげたいです。2つ目は、僕自身がおいしい料理を作つてみたいから。たくさん人に食べてもらい、みんなを笑顔にしたいです。これからも夢に向かって努力をしていきます。



# コロナ差別がゼロのまち宣言

……………「3つの宣言と3つのお願い」……………

名寄市では市民の皆さまの安全・安心な暮らしを守るため、次のとおり取り組むことを宣言します。

新型コロナウイルス感染症に関する差別から人々を守るために、市民の皆さまに3つのお願いがあります。

**宣言1** 感染者や医療従事者などの人権を守ります。

～感染者や医療従事者などは、守られるべき存在です～

**宣言2** 風評被害を防ぎます。

～正しい知識や情報に基づいた、冷静な行動を～

**宣言3** 思いやりの気持ちを持って、安心して暮らせるまちづくりに取り組みます。～人を思いやる気持ちを忘れずに～



正しく理解し  
思いやりある行動を

**お願い1** 感染者や濃厚接触者やその家族、知人、医療従事者などに対して非難したり、誤解や偏見に基づく差別、いじめや誹謗中傷などをするのはやめてください。感染者などに関する個人情報や心ない書き込みなどをインターネット・SNSに掲載・投稿することはやめてください。

**お願い2** 正しい知識などをもとに、むやみに恐れることなく冷静に行動し、誤った情報や不確かな情報を拡散することはやめてください。

**お願い3** 闘うべきは人ではなく新型コロナウイルスです。「もし自分が感染したら」と考え、市民一人ひとりがお互いを思いやる気持ちを忘れずに、行動してください。

「北海道スタイル」を実践し、感染予防の徹底に努めてください。

すべての市民が心をつにし、一丸となって、新型コロナウイルス感染症に立ち向かっていきましょう。

令和2年12月2日

名寄市長 加藤 剛士

## 新型コロナウイルス感染症に関する差別をなくすために

新型コロナウイルス感染症への対応が長期化する中、一部の心ない人による感染者や医療従事者などへの、偏見・差別・誹謗中傷などが問題視されています。このことから、市では感染者や医療従事者などの皆さまを偏見・差別・誹謗中傷などから守るため「コロナ差別がゼロのまち宣言」を行いました。市民の皆さまには、正確な情報の下、冷静に思いやりのある行動をお願いします。

名寄市保健  
推進委員協  
議会主催

## 冬期健康体操教室を開催します



▲令和元年度の様子

冬場の運動不足解消に、保健推進委員と一緒に心地よい汗を流してみませんか？今年度は、新型コロナウイルスの感染予防対策を行いながらの開催となるため、事前にお申し込みの上、ご参加ください。

とき・ところ

各13:30～14:30

名寄会場(総合福祉センター)

風連会場(ふうれん健康センター)

①2月5日(金)

①2月1日(月)

②2月12日(金)

②2月8日(月)

③2月19日(金)

③2月15日(月)

④3月1日(月)

④2月22日(月)

**内容** リズムに合わせて健康体操を行います。

**講師** 健康運動指導士 菊地 幸子 氏

**定員** 名寄会場35人・風連会場25人(先着順)

**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)  
来場時にはマスク着用をお願いします。

**注意事項** ①事前申し込みがない方は参加できませんので、ご注意ください。  
②感染予防対策のため定期的に室内換気を行いますので、防寒対策をお願いします。  
③体調がすぐれない場合は来場をお控えください。今後の感染状況によっては中止となる場合がありますので、ご了承ください。

**申し込み  
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)

# 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

12月31日 名寄市立総合病院

～1月3日 ☎01654③3101

10日、11日 名寄市立総合病院

☎01654③3101

17日 名寄中央整形外科

☎01654③2006

24日 たに内科クリニック

☎01654③1223

31日 名寄三愛病院

☎01654③3911

2月7日 片平外科・脳神経外科

☎01654③3375

…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

☆体重の増加が心配、授乳や離乳食について確認したいなどを相談できる場として、計測日を次の日程で実施します。

1月21日(木)

新型コロナウイルスの感染拡大防止に配慮し、事前申込制となりますので、希望のある方は保健センターまでご連絡ください。

☆乳幼児健診の対象の方には、個別に連絡します。

☆子育てに関する相談など、随時電話で受け付けています。



## 家庭用除雪機械を安全に使うために



- ① 定期点検を行いましょ。特に安全装置が正常に動作するか確認しましょ。
- ② 安全装置であるデッドマンクラッチをひもで縛るなど、固定して無効化すると大変危険です。絶対に無効化して使用しないようにしましょ。
- ③ エンジンがかけたまま、投雪口やオーガに手を近づけないようにしましょ。雪が詰まった場合は、エンジンを止めて雪かき棒を使用しましょ。
- ④ 除雪だけでなく、移動中や収納中にも気をつけましょ。特に後進時は、より注意しましょ。転倒したり挟まれたりしないよう足元や障害物には十分注意しましょ。

【出典】 消費者庁「歩行型ロータリ除雪機を使用する方への注意点のまとめ」



デッドマンクラッチ



雪の詰まり解消や安全ピンなどの交換のときにはエンジンを必ずオフにしましょ。

※各除雪機械のメーカーにより各部名称などが違う場合があります。詳しい取扱方法や注意点は各メーカーの取扱説明書などで確認してください。



デッドマンクラッチは、握れば動き離せば止まるとも便利な安全装置です。ひもなどで縛ったりして無効化するととても危険です。



雪かき棒を有効活用しましょ。

12月5日早朝、名寄市内北新区で親子そろって除雪作業に汗を流す姿を発見しました。二人の息はピッタリであつという間にたくさんの雪を処理しました。



流音さん19歳は、除雪機械の操作の経験が浅く「自信がないけど父に教わってうまくなりたい」と力強く話していました。



## なよろの除雪 (No.63)

除雪についての情報やお知らせを「なよろの除雪」と題して掲載します

◆問い合わせ

建設水道部都市整備課

☎01655③2511(代表)

FAX01655③3450

✉ny-douroji@city.nayoro.lg.jp



あけましておめでとうございます。お正月は食べ過ぎ、飲みすぎに注意してくださいね。うがい手洗い忘れずに！

## 市道の排雪作業について



名寄地区、風連地区、共に排雪作業がスタートしました。降雪量に関わらず今後の日程の遅延や年末年始の大雪に備えること理由から、予定どおりに実施しています。重要幹線道路、幹線道路、生活道路を順次行う予定です。

今シーズンの排雪道路延長は、  
 名寄地区:90.7km 303路線  
 風連地区:12.8km 53路線  
 となっています。  
 (除雪道路延長:279.4km 486路線)  
 (除雪道路延長:155.2km 161路線)



## 円滑な除雪を目指して

4月から11月までの期間には、除雪作業で壊れたものや次のシーズンで支障になりそうな箇所の修繕に追われています。道路や歩道から突起物がある、それに除雪機械がぶつくと工作物の損傷、除雪機械の故障につながることから、できる限り不具合箇所の修繕を行っています。



▲直営班による修繕作業  
▲除雪業者による奉仕作業

## 除雪作業の天敵！



夜間の路上駐車は絶対にやめてください。除雪作業の進行が遅れるばかりか事故の原因にもなります。ナンバー記録をして、直接お願いにお宅を訪問することも行っております。

## 雪堆積場について

市民雪堆積場(風連、名寄地区)は、年末・年始期間もご利用できます。悪天候では、入れない場合があります。





# 名寄市立大学の窓から

知への誘い vol.97



「心不全」は病名ではない、「心不全」との付き合い方

保健福祉学部 看護学科 講師 中谷 美紀子

「心不全」という言葉はよく耳にするのではないのでしょうか。最近だと、俳優の大杉連さんの訃報でも「心不全」が原因であると報じられました。しかし、「心不全」は病名ではなく、「心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病」と定義された病気です。例えば、高血圧や糖尿病、肥満、動脈硬化は心臓の病気の大きなリスクです。やがて心筋梗塞、心筋症、弁膜症など、いろいろな心臓の病気を引き起こし、それが心不全とされます。心不全には大きく分けて3つ、比較的似たような症状が起こりますので、その症状をご紹介します。

1つ目は「呼吸」に関する症状です。悪化するとどんどん息苦しくなり、横になって寝ることができなくなることがあります。2つ目は「むくみ」に関する症状です。足がむくむ、体重が増えた、食欲がないなどがあります。3つ目は「血のめぐり」に関する症状です。手足の冷え、疲れやすい、体がだるいなどの症状があります。

心不全となった原因を治療することはもちろん大事なのですが、一度、心不全の状態になると、治療や入院などで一時回復してもまた再発し、入院を繰り返すことが多くなり、その間隔もだんだん短くなってしまいきます。

- 「心不全を早く発見する」
- ① 朝起きたらむくみを見る。布団の上で足のすねを指でしっかり圧迫し、指を離したとき跡が残っているかを確認しましょう。
  - ② 毎朝体重を測る。朝のトイレ後に体重を測りましょう。2〜3日前と比べて2〜3kg増えていたら要注意です。他の症状がないか確認し、かかりつけの先生に相談してもよいでしょう。
  - ③ 朝晩血圧を測る。血圧が高いことは心臓に負担です。朝晩血圧を測り記録をする習慣をつけましょう。
  - ④ 処方された薬をきちんと飲む
  - ⑤ 飲み忘れない工夫をしましょう
  - ⑥ ストレスをためない
  - ⑦ 気分転換のために適度な運動や散歩はいいかげじょうか
  - ⑧ 便秘を整える
  - ⑨ 力むと血圧が上がりやすくなります
  - ⑩ 寒暖差を避ける
  - ⑪ 脱衣場など保温しましょう
  - ⑫ 定期受診する
  - ⑬ 新型コロナウイルスの影響で受診困難の場合は医師や病院に連絡しましょう

大学図書館へようこそ！

2021年を迎えました。昨年は思いもよらないコロナ禍で大学生活もさまざまな困難に陥りましたが、少しでも早く収束し普通の学生生活が送れることを願っています。大学では1月から順次始まる各種国家試験や入学試験などに備え、更に緊張感漂う時期となります。

【1月の開館について】  
 新年は6日(水)から開館します。  
 日曜日と11日(月)の成人の日と、大学共通テストの実施などの理由で15日(金)、16日(土)、29日(金)、30日(土)は休館です。

◆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～  
 心不全に関する本を紹介します。  
 「ストーリーでよくわかる！心不全」  
 いっしき たかあき 一色 高明/著 エクスナレッジ  
 →心不全の原因・症状・治療などについて、マンガで詳しくわかりやすく解説しています。  
 「100年を生きる心臓との付き合い方」  
 志保の あつし 天野 篤/著 セブン&アイ出版  
 →上皇陛下の執刀医、天野医師による心臓についての全て。  
 「国産の美味しいかるしおレシピ」  
 国立循環器病研究センター/著 セブン&アイ出版  
 →減塩でなおかつ美味しいレシピ集です。

## 11/16 関係人口創出・拡大を図る講演会



駅前交流プラザよろーなで開催。講師に芸者東京株式会社代表取締役CEOの田中泰生氏を迎え、およそ70の方が参加。天塩川の魅力やワーケーションの取り組みについて講演されました。

## 11/14 地産地消フェア in なよろ



市民文化センターで開催。検温や引換券配布など新型コロナウイルスの感染防止対策が行われるなか、たくさんの方が特別価格の牛乳、牛・豚肉や良質な農産品を買い求めていました。

## 11/20 智恵文中学校カボチャ寄贈



智恵文中学校で育てた「坊ちゃんカボチャ」をいただきました。生徒会長の菊池咲衣さんは「形も良く食べても甘そうな、特別いいものを厳選して持ってきました」と市長・教育長へ報告しました。

## 11/17 名寄ミニバスケットボール少年団地区大会優勝を報告



名寄ミニバスケットボール少年団が地区優勝の報告を行いました。三浦唯翔主将は「これからもみんなでキツイ練習を乗り越えて1勝できるよう頑張ります」と全道大会への抱負を述べました。

## 11/27 旧木原天文台模型引渡式



市立天文台きたすばるで行われました。名寄産業高校の建築システム科地域研究班で2年前から手掛け、細部の細部にまでこだわったため、当日の数時間前ようやく完成となりました。

## 11/23 子ども会フットサル大会



名寄市子ども会フットサル大会がスポーツセンターで行われました。小学生低学年、高学年、中学生の部に時間帯で区切って開始。子どもたちはTシャツ・短パンで元気にボールを追っていました。

ホームページのほかにも市公式フェイスブック(12月17日現在、2815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。

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、新型コロナウイルスの感染が瞬く間に全世界へ拡大し、今現在においても、我々の生活に暗い影を落としています。噂に振り回されることなく、ワクチンや治療方法が確立されるまで、対策を入念に感染することなく過ごしたいものです。

今年も『なよろっぴい家づくりの会』では、「住まい」に関する役立つ情報を発信してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

私たち『なよろっぴい家づくりの会』は、名寄市内の建設会社が創る「寒冷地住宅」を広く普及するため2002年(平成14年)に設立しました。

市内では、毎年多くの個人住宅が新築されていますが、その内60~70%は市外ハウスメーカーで建設されています。この現状が続くと、建築にかかる多額な資金が名寄市外へ流出し、また名寄市内の雇用の場や資材の調達も減少され、名寄市の経済に大きな影響を与えます。私たちは、この影響を可能な

限り改善するべく、永い間、この名寄の地に合った「寒冷地住宅」を研究し、その実績を積んできました。「住宅」を建設後、未永く安全に暮らせること、その時代に合った利便性や快適性を提供することには、長期間にわたる継続的なメンテナンスや、修繕・補修に対する迅速なケアが最も大切なことだと考えており、私たちは名寄市の地元の企業です。特にその点においては万全を期してご要望にお応えさせていただきます。

私たちは、民間会社(10社)と個人でつくる会ですが、活動はあくまでも「非営利」を基本とし、そのうえで、皆さまへの利便と建築産業が名寄市の経済に貢献できるという想いで活動しております。新築やリフォーム、その他「住まい」の悩み事などを、是非私たちにご相談ください。

本年もよろしくお願いいたします。

なよろっぴい家づくりの会  
会長 松尾 薫

**空き家を適切に管理しましょう**

●使われていない家も、個人の大切な財産です

全国で空き家が増加し問題視されています。ですが、空き家であることが問題ではなく、家の手入れをしない状況が続く、劣化が進むことが最大の問題なのです。その結果、家の一部が壊れたり、風で飛び散ったりして、他人に危害を加えてしまうと、民法の規定で所有者や管理者が管理責任を問われ、損害賠償などに発展する例もあります。空き家は個人の私有財産ですが、周辺に危害を及ぼすことは許されません。



●さまざまな事情で空き家の管理者になる事があります

親が亡くなったため住んでいた家が空き家となったことのほか、親が老人ホームなどの施設に入所したため空き家になっていることや、相続の関係で遠い親戚の家の管理者となる可能性もあります。たとえ、土地や建物の相続において、家庭裁判所で相続放棄の手続きを行ったとしても、相続財産管理人が選任され、管理を始めるまでは、管理義務が残っていますので、管理しなければなりません。この義務を怠り、周囲の住民などに被害を及ぼしてしまうと法的な賠償責任を追究される場合があります。(民法第940条)

●空き家を適正に管理しましょう

空き家になったら、まずご近所に空き家になることを連絡し、併せて万が一のために自分の連絡先を伝えておきましょう。また、月に1度は点検を行い周囲に迷惑をかけるないように配慮しましょう。



●資産価値のあるうちに有効活用しましょう

将来に渡り使う予定のない場合には、資産価値が低下しないうちに売却するのも一つの方法です。市内の宅地建物取引業者に相談してみましょう。市では空家バンクを開設し、空家や空き地の情報提供を行っています。市と協定を結んだ市内宅地建物取引業者に掲載を相談しましょう。  
※登録できる土地建物については一定の条件があり、また、市が売買や賃貸借契約などを行うものではありません。



問い合わせ

環境生活課環境・生活安全係(名寄庁舎1階)  
☎01654③2111(内線3126) FAX 01654④4011  
HP: <http://www.city.nayoro.lg.jp/>

**2022年  
なよろ冬カレンダーの  
写真を  
募集します!**

ひとり  
2点まで



申込期限  
**3月31日(水)**

テーマ

名寄の冬(冬の生活や活動・人・動物・景色など)

応募資格

どなたでもご応募できます。

応募規格

横長2L判まで

応募方法

①持参または郵送による応募の場合

CDやUSBなどの記録媒体を事務局まで持参または郵送してください。

※記録媒体や写真を郵送いただいた場合、返却できませんのでご了承ください。

②パソコン、スマートフォンによる応募の場合  
ホームページまたは下の応募フォームにアクセスし、必要事項を回答のうえご応募ください。  
(1作品:10MB以下、形式:JPEG)

▼ホームページ・応募用紙はこちら

名寄市ホームページ  
<http://www.city.nayoro.lg.jp>

まちづくり

利雪親雪

なよろ冬カレンダー



※応募いただいた写真は、他の利雪親雪推進事業で使用場合があります。

申し込み・問い合わせ

名寄市利雪親雪推進市民委員会事務局  
企画課企画調整係(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3311)

**令和2年度 名寄市青少年健全育成標語作品**

最優秀賞

◆小学校の部

助けた手 友達増える 希望の手

風連中央小学校 6年 近藤 蓮真

◆中学校の部

わたしの「普通」 見えない支えの 上にある

名寄東中学校 3年 佐藤 優花

◆高等学校の部

勇気だし 未来を変える 一言を

名寄高等学校 3年 葛本 拓夢



優秀賞

◆小学校の部

その笑顔 心を照らす エネルギー

名寄小学校 5年 吉岡心々菜

「いってきます!」 その一言で 元気です

名寄南小学校 5年 長渡 蒼悟

今言った? もう消えないよ その言葉

名寄東小学校 5年 福原 一凧

ありがとう 心の友よ いつまでも

中名寄小学校 5年 高阪 哲史

たすけあい ころとこころ つうじあう

智恵文小学校 5年 佐藤 聖大

あいさつは「あ」かるく「い」つも「さ」きに「つ」たえる

名寄西小学校 6年 高木 夏希

◆中学校の部

みんなで作る あなたの笑顔と あなたの居場所

名寄中学校 1年 中村 育帆

みんなの手 取りあうだけで 笑顔咲く

智恵文中学校 3年 伊東 琴乃

「ちょっとだけ」 相手にとっては どうだろう

風連中学校 3年 石川 泰成

◆高等学校の部

友達と みんなで結ぼう 仲間の輪

名寄産業高等学校 1年 水野 新幻

■問い合わせ

青少年センター ☎01654③3465

# 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。



宇佐見 悠斗くん  
令和元年8月生まれ

### 保護者からの メッセージ

おおきくなったらいつ  
しょにサイクリングし  
ようね!



山本 湊太くん  
令和元年7月生まれ

### 保護者からの メッセージ

1歳のお誕生日おめで  
とう!!  
これからも元気で健康  
に過ごせますように。  
湊ちゃんのかわいい笑  
顔もたくさん見せて  
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「サンマのかば焼き缶の卵とじ」です。調理をせずそのまま食べることの多い「サンマのかば焼き缶」ですが、アレンジを加えることで普段とは一味違ったおかずに変身! タンパク質も多く摂取できます。

### 「サンマのかば焼き缶の卵とじ」

#### ◆材料(1人前)

サンマのかば焼き缶	1/2缶
水	50cc
玉ネギ	1/4玉
卵	1個
三つ葉	5g

#### ◆行程

- ①玉ネギはくし切りにし、卵は溶いておきます。
- ②玉ネギをサンマのかば焼き缶の汁で炒めます。

- ③玉ネギがしんなりしたら、水とサンマのかば焼きを入れ、加熱します。卵を上から回しかけてとじます。
- ④卵に火が通ったら、三つ葉をのせて出来上がりです。

#### ◆調理のコツ

サンマの臭みが苦手な場合は、缶の汁の代わりに「すき焼きのたれ」を使いましょう。

#### ◆栄養ポイント

DHAやEPAは体内でほとんど作られず、食事によって摂取しなければならない脂肪酸です。ただし缶詰は塩分を含むので取りすぎには注意が必要です。

#### ◆栄養価(1人前)

エネルギー量:	187kcal
炭水化物:	8.7g
タンパク質:	13.7g
脂質:	10.6g
食塩相当量:	0.8g



サンマのかば焼き缶の卵とじ

#### 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)

## 天塩川だより

定住自立圏を構成している市町村のイベントを紹介します

### 幌加内町 天使の囁き記念日

とき 2月13日(土)

ところ 母子里クリスタルパーク  
(幌加内町字母子里)

内容 日本最寒気温となる-41.2度を記録したことを記念して作られたモニュメントを「天使の囁き記念日」イベントとしてライトアップ。幻想的な光景を観ることができます。

問い合わせ 天使の囁き実行委員会 事務局  
☎0165-35-3366

新型コロナウイルス感染症の影響により、  
中止・延期になる可能性があります。

## 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58「分かる」



右手の手のひらを胸に当ててなでおろします。  
※「飲み込めた」という表現から来ています。「知っている」というときも使用します。

#### 今月の講師

上川北部聴覚障害者協会名寄支部(名寄近郊に住む聴覚障がい者の会)  
森 幸子さん

## Let's 楽トレ!

### おうちで体操 リフレッシュ No.10



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)

### 片足立ち訓練

左右各1分間ずつ(1日3セット)

胸や背中、肩・股関節、お腹周りのことを体幹と言います。体幹の筋肉を鍛えることで、バランス感覚を向上させ、転倒防止や腰痛予防の効果が期待できます。片足立ちは両足立ちと比べると、体幹や足の筋肉に2.75倍の負荷がかかり、1分間片足立ちを行うと、約53分間の歩行運動に相当すると言われています。室内で気軽にできる片足立ち訓練で体幹の筋肉を鍛えて、転倒しにくい体を作りましょう。

転倒しないように、テーブルや椅子など、必ずつかまるもののある場所で行う

ふらつくときや、バランスがとりにくいときは、つかまったり、手を添える



両目を開ける

片方の足を5cmほど上げる



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いましょう。

# 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



## Nスポーツ人/file No.15

バレーボール 寺井勇悟さん (恵庭南高校3年生)



小学校2年生からバレーボールを始め、現在は恵庭南高校バレーボール部で活躍する名寄市出身の寺井さんが1月5日から始まる全日本バレーボール高校選手権大会(春の高校バレー)に出場します。

名寄中学校時代は男子バレー部がなかったため、バスケットボール部に所属しながら、札幌のバレーボールのクラブチームに所属し、毎週末に通って練習に励みました。現在は守備の要であるミドルブロッカーとして活躍しています。「ラリーをつないで、みんなで1点を取っていくという点にバレーのおもしろさがあります。今回は1回戦でも多く勝ち、守備だけでなく攻撃でも頑張って、全国の舞台上で活躍したいと思っています」と話してくれました。

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 ☎01654②2218  
✉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LINEやフォローをお願いします！

## Nスポ健康ステーション(よろーな)

感染症拡散防止に配慮し、よろーな大会議室にて完全予約制で開催いたします。必ず事前に申し込みをしてください。

### ◇申込方法◇

右側の2次元コードからか、Nスポ事務局にメールか電話でお申し込みください。(15人の定員になり次第締め切ります)メール・電話の際には「Nスポ健康ステーションの予約」を伝え、「お名前・連絡先・参加するプログラムの日時」を教えてください。



	10:00~	13:00~	15:00~
1月28日(木)	足腰を鍛えよう!	介護予防教室	アクティブキッズ
2月4日(木)	ヨガ(子連れOK)	あへあほ体操(足腰)★	アクティブキッズ
2月11日(木・祝)	アクティブキッズ	ヨガ(子連れOK)	あへあほ体操(腕肩)★

- ★印は動画再生によるプログラム提供です。
- ・アクティブキッズは3~5歳対象の運動教室です。
- ・あへあほ体操は声を出して腹筋・体幹を鍛える、簡単な体操です。
- ・ヨガはヨガマットかバスタオルをご持参ください。

## LINE登録を！

Nスポ健康ステーションの情報やイベント情報などをLINEでも発信できるようになりました！



LINEのご登録はこちら▶



# 持続可能な世界をめざし、ジェンダー\*平等を実現しよう

## SDGs(持続可能な開発目標)とは

最近、『SDGs』という言葉が耳にすることが多くなってきました。SDGsとは、2015年の国連サミットで採択された、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標であり、17のゴールと169のターゲットから構成されています。今回はそのゴールの一つ『ジェンダー平等の実現』についてご紹介いたします。

## 『ジェンダー平等を実現しよう』

ゴール達成の目標には、発展途上国の状況を改善するものだけではなく、先進国自身が取り組むべき目標があります。ゴール達成に向けた目標をピックアップしてご紹介します。

- 性的に利用することを含め、女性や女の子を売り買いするなど、すべての女性や女の子へのあらゆる暴力をなくす。
- 公共のサービスや制度、家庭内の役割分担などを通じて、お金が支払われない家庭内の子育て、介護や家事などは、お金が支払われる仕事と同じくらい大切な「仕事」であるということを認め評価する。
- 政治や経済、社会の中でのあらゆる場において何かを決めるときに、女性も男性と同じように参加したり、リーダーになる機会を確保する。



SDGs「ジェンダー平等」のアイコン

果たして日本は、これらの目標を達成していると言えるでしょうか？

大きな企業では、各企業が取り組むゴールを掲げ、CMなどで取り上げていることがあります。市内でも工事現場などで請負業者が取り組んでいるSDGsのアイコンを見かけることがありますので、機会がありましたらご覧になってみてください！

※ジェンダーとは、社会的・文化的につくられる性別のこと

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

# 移住情報をお届け！ 名寄にUターン！

今回のコーナーでは名寄に移住されご活躍されている方をご紹介します。

名寄市立総合病院  
呼吸器内科 主任医長

石田 健介 さん

1979年北海道富良野市生まれ、5年前に移住。奥様とご本人の2人暮らし。



小学生のころ、手塚治虫のブラックジャックに憧れて医者になる道に進もうと決めました。旭川でいくつかの基幹病院で勤務医をしていましたが、ご縁があって名寄市立総合病院に赴任しました。最初は2年程度でまた別の病院へ移るかな...と思っていたのですが、名寄での仕事と生活がとても自分に合っていたようで、気づけばもう5年になります。地域医療は、その地域を支えるだけでなく、都市部の医療も支えていると思っています。旭川での経験を経て名寄に来てみると、自分は患者さんを診察する臨床がやりたいことなんだと改めて思いましたし、医師の人数が少なく大変なこともあります。自由と責任のどちらも持ちながら仕事することにやりがいを感じています。名寄はコンパクトシティで住みやすく、「ちょうどいい」って感じ

が好きです。量販店、商店街、銀行、文化施設、そして医療機関など、徒歩圏内に生活に必要なものはそろっているし、エンレイホールでのライブや演劇など文化活動が盛んなこと、野菜が新鮮なので食事がおいしいことも魅力だと思います。さらに、このまちの規模で医療体制が整っていることは大きな強みだと思います。名寄に来てから、妻のつながりで地元のイベントのお手伝いなどを通して、病院以外のつながりが増えました。今までの生活にはなかった初めての体験でもおもしろいです。これからも地域医療を支えながら、名寄の生活を楽しまたいと思います。



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！

名寄市消費生活セミナー・風連瑞生大学公開講座のご案内

## 私たちの生活に役立つ新しい民法！ ～身近なケースに基づいて新しい民法を解説します～

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

生活に関わる契約に関する基本的ルール「民法」が令和2年4月から改正されました。また、民法には財産がどのように継承されるかなどのルールが定められています。私たちの生活に欠かせない基本的ルールと一緒に学び、活用することで幸せな生活が送れます。より良い未来を迎えるために、菊地弁護士のお話を一緒に聞いてみませんか。

- 【とき】 1月27日(水) 10:30~12:00
- 【ところ】 ふうれん地域交流センター 2階 大ホール
- 【講師】 名寄ひまわり基金法律事務所 所長 菊地 顕太 氏
- 【対象】 どなたでも参加できます
- 【申し込み】 先着順・新北海道スタイルに基づき入場制限します
- 【申込期限】 1月22日(金)  
※申込時はお名前と連絡先をお伝えください
- 【申込先】 名寄風連公民館  
☎:01655③2620  
FAX:01655③2321
- 【共催】 名寄市消費生活センター  
名寄市風連公民館



講師：菊地 顕太 氏



参加者には「民法改正 Part 2」プレゼント！

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、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確認してください。

### 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

### ミニ展示コーナー



・2021年大河ドラマ『青天を衝け』  
 ・年の始めに身につけたい  
 常識と教養

### 本の読み聞かせなど

- ◆土曜読書会  
 ◇とき 1月9日(土) 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
- ◆図書館おみくじ  
 ◇とき 1月7日(木)～15日(金)  
 ◇内容 おみくじ形式で今年の運勢とおすすり本を紹介



- ◆金曜おはなしクラブ（金曜日）  
 ◇とき 1月15日、22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 1月21日 10時30分
- ◆対象 3歳未満児・保護者
- ◆1月の休館日  
 1日(金)～6日(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)～28日(木)、31日(日)

### 風連分室

- ◆ミニ展示コーナー  
 ・雪やこんこ
- ◆本の読み聞かせなど  
 ◆おはなしタイム（木曜日）  
 ◇とき 1月7日、21日 15時15分
- ◆ところ 風連児童会館
- ◆対象 3歳以上～小学生
- ◆おはなしポケット（火曜日）  
 ◇とき 1月26日 11時20分
- ◆ところ 子育て支援センター（こぐま）
- ◆対象 3歳未満児・保護者
- ◆1月の休館日  
 1日(金)～6日(水)、10日(日)、11日(月)、14日(木)～17日(日)、20日(水)、24日(日)、25日(月)、31日(日)

### 自動車文庫「やまゆり号」1月の巡回日程

【名寄地区】  
 冬期間(1月～3月)は、遠隔地の小学校と保育所・幼稚園などへの運行のみです。

【風連地区】  
 8日(金) 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  
 ※「やまゆり号」駐車中は音楽が流れています。

### 児童センター

児童センター「ほっと21」  
 (西11北2)  
 ☎FAX 01654③3465  
 開館 9時～21時  
 ※放課後児童の利用時間は13時～17時  
 休館 日・祝日・年末年始



- ◆まめまき  
 みんなでまめまきをして、鬼を追い払おう！
- ◆とき 1月30日(土) 13時30分～15時
- ◆ところ 児童センター体育室
- ◆対象 市内小学生・幼児（幼児は保護者同伴）
- ◆定員 30人(小学生20人、幼児10人)
- ◆持ち物 上靴かばん・マスク
- ◆参加料 なし
- ◆申込期間 1月9日(土)～15日(金)
- ◆申し込み なるべく1月11日(日)に掲載の申込書に必要事項を記入し、窓口へ提出。(電話での申し込みも可)

### 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  
 nykosodate@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)  
 ☎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防止対策のため、こぐまを利用する際には、事前予約をお願いします。

### こぐま

新型コロナウイルス感染防止対策のため、こぐまを利用する際には、事前予約をお願いします。

### 公民館

市民文化センター(西13南4)  
 ☎01654②2218  
 FAX 01654②2356  
 mibunsen@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・ふつれん地域交流センター内)  
 ☎01655③2620  
 FAX 01655③2321

### 令和3年名寄市成人式の延期について

1月10日(日)に予定していた「令和3年名寄市成人式」は、北海道において新型コロナウイルスの感染が拡大しており、感染拡大を抑制する集中対策期間が1月15日(金)まで延長されたことから、新成人の皆さまの健康と安全を考慮した結果、開催を延期することとしました。

- ◆延期後の開催日時  
 5月4日(火) 15時～
- ◆開催案内は、4月上旬に改めて送付します。

### 「名寄ピヤシリ大学」学生を募集

健康、福祉、法律など、知っ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、かるた大会などの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)に進学することが出来ます。
- ◆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
- ◆募集定員 30人
- ◆修業年限 4年間
- ◆授業は原則として毎月第2・4火曜日(年間20回程度)
- ◆学費 無料
- ◆ただし、教材費、自治会費などは自己負担
- ◆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 1月20日(水)から受付開始

### 市民講座

- ◆「パーパークラフト教室」  
 ◇とき 2月6日(土) 10時～11時30分
- ◆ところ 市民文化センター市民工芸室
- ◆内容 スタンプを使って作るお花のフレームを作ります。



▲フォトフレーム作品例

- ◆申し込み 1月20日(水)から受付開始
- ◆事前申し込みでの先着順(定員になり次第締め切ります)
- ◆講師 濱田 友美氏
- ◆対象 市民 10人
- ◆定員 10人
- ◆申し込み 1月20日(水)から受付開始
- ◆事前申し込みでの先着順(定員になり次第締め切ります)

### 博物館

北国博物館(緑丘22)  
 ☎ FAX 01654③2575  
 ✉ ny-kirikaku@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

#### 企画展(無料)

◆第43回特別展  
 「名寄のアイヌ語地名」  
 「ナヨロ」「フーレン」「チエブン」など、身近な地名の多くがアイヌ語に由来しています。これらの地名の元となった土地の姿とアイヌ語の意味を結び付け、地域の地形、昔からの植生、動物の生息状況を紹介します。そこに暮らしたアイヌの人々の世界観、生活や文化へも目を向けてください。

◆と き 開催中~2月9日(火)  
 ◆ところ 北国博物館ギャラリーホール

#### バードテーブル

ギャラリーホールの前にバードテーブルを設け、自然の餌の少なくなる冬に野鳥への給餌を行っています。餌はヒ



▲シジュウカラ

マワリの種、クルミ、脂身肉など市民寄贈のもの。例年、カラ類、アカゲラ、ミヤマカケスなどでにぎわいます。双眼鏡やミニ解説を用意していますので、館内からゆっくりご覧ください。

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対策のため、当面の間、望遠鏡の見学・観望会、プラネタリウムの観望、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 15日(金)~30日(土)  
 ◇今月見える惑星 水星(中旬から)、火星、天王星、海王星  
 ◆1.6メートル「ピリカ」望遠鏡見学・観望  
 ◇見学の日 7日(木)~31日(日)  
 1月前半:13時~16時  
 1月後半:13時~16時30分(休館日を除く)

#### 天文台

なよろ市立天文台「きたすばる」  
 (日進157道立サンピラーパーク星見の丘)  
 ☎ 01654②3956  
 FAX 01654②0267  
 ✉ kirasuban@ayoro-star.jp  
 HP https://www.nayoro-star.jp  
 開館 火~日・祝日  
 13時~20時  
 (19時30分までに入館)

◆1月の利用案内  
 ◆休館日 1日(金)~6日(水)、12日(火)、18日(月)、25日(月)、26日(火)  
 ◆観覧料 一般410円、学

#### ◆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	銀河の渚で	ヤドカリくん、ほしをみに
16:00	天文台の星空 南半球チリの星月夜	天文台の星空 南半球チリの星月夜
18:00	銀河の渚で	銀河の渚で
19:00	天文台の星空 南半球チリの星月夜	天文台の星空 南半球チリの星月夜

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問い合わせください。

#### 1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	7:03	16:04	17:56	8:48	6日	●下弦
10日	7:02	16:13	3:45	13:16	13日	●新月
20日	6:57	16:25	10:40	23:47	21日	●上弦
31日	6:47	16:40	19:19	8:30	29日	○満月

#### おうし座のアルデバラン

2020年3月15日  
 (撮影者 渡辺文健)

アルデバランは、「すばる」の近くで赤く輝く1等星です。おうし座の牛の目玉の位置で輝いており、地球からは約67光年の距離にあります。

#### 夜間窓口

◆と き 1月25日(月) 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

#### くらしのリサイクル

(月~金曜日、10時~16時)  
 不用になった家庭用品などを紹介します。お気軽に電話ください。  
 ※受け渡しは原則として無償で行います。  
 ◆ゆづりませ  
 ①盆栽 5個 鉢の大きさ15~30cm、高さ10cm  
 ②エレクトーン 10年ほど前のもの(取扱説明書有)  
 ③男性用和服 2着 冬物、168cm(2回着用)  
 ④ポータブルストーブ 縦・横:28cm、高さ40cm(灯油式、7~8年使用)

◆ゆづってください  
 ①電子ピアノ  
 ②工業用ミシン  
 ③ルームランナー  
 ④エアークンプレッサー  
 ⑤山水・ダイアトーン・ソニー・ケンウッド製のアンプ、CDプレーヤー、スピーカー  
 ⑥夏タイヤ 175/80R15  
 ⑦使わなくなった工具類  
 ⑧電動工具類  
 ⑨発電機(インバーター)  
 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1月6日(水)~29日(金) 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。  
 甲・問 総合政策課秘書係 名3階(内線3304)

#### 特認校への就学・就学校変更

市教育委員会では小・中学校の就学にあたり、一定の条件のもとで通学区域外の学校への就学を認めています。  
 ◆特認校への就学を希望する場合

- 「豊かな自然環境に恵まれた郊外の小規模学校で、基幹産業を活用した特色ある学習活動を体得し、より豊かな心とたくましい身体を育てたい」という希望がある場合、次の学校で通学区域外の就学を認めています。
- ◇中名寄小学校 (8人)
- ◇智恵文小学校 (10人)
- ◇智恵文中学校 (20人)

※カッコ内の人数は、各学年の通常通学区域内の通学者を含む児童・生徒数の上限。  
 ※特認校の就学期間は、原則1年以上(入学から卒業ま

で)となります。  
 ※特認校制度の適用を受けた児童・生徒の通学費は、公共交通機関の運賃の2分の1の額を市教育委員会が補助します。  
 ◆特別な事情により就学校の変更を希望する場合

「肢体不自由・病気治療などの身体的理由」「いじめや不登校への対応」「家庭の事情」「学期途中での転居など、特別な事情により就学校を変更したい場合はご相談ください。



甲・問 学校教育課学校教育係 名3階(内線3379)

#### 事業主は「給与支払報告書」の提出が必要です

令和2年中に給与や賃金など(専従者給与やパート、アルバイトを含む)を支払った事業主は「給与支払報告書」を提出する義務があります。また、地方税法上、提出義務のない支払金額30万円以下の退職者についても、公平・適正課税の観点から提出にご協力ください。作成にあたっては、個人番号(マイナンバー)・法人番号の記入が必要です。忘れずに記入してください。

◆対象 令和3年1月1日現在、名寄市に居住する方  
 ※市外に居住する方の報告書の提出は、その方が住む市町村へ提出してください。  
 ◆提出期限 2月1日(月)  
 ※給与支払者が個人事業主の場合は、事業主の個人番号(マイナンバー)の記入と、

提出先 名寄市 地域住民課総務・税務係 1階(内線2123)

#### EN・RAYホール イベント情報

「田園」への旅  
 オリジナル音楽劇「田園への旅」から、「田園」作成にいたるベートーヴェンの心の軌跡をたどります。札幌交響楽団コンサートマスター、田島高宏氏をはじめ、著名な奏者がEN・RAYホールでベートーヴェンの音楽を響かせます。

◆と き 令和3年1月17日(日) 15時(開場14時)  
 ◆ところ 市民文化センター EN・RAYホール (西13南4)  
 ◆入場料 一般2000円、高校生以下1000円 ※全席指定、当日500円増

甲・問 EN・RAYホール チケットセンター ☎01654③3333

甲・問 問い合わせ 甲 申し込み 名 名寄庁舎 ☎01654③2111

風 風連庁舎 ☎01654③2511

お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

児童手当等各種手当と医療費の助成制度

◆児童手当

◆対象者 0歳～15歳(中学校修了前)の子どもを養育している方

◆手当額(月額)

子どもの数	3歳未満(一律)	3歳未満小学校修了前	中学生(一律)	特例給付(一律)
1人目	15,000円	10,000円	10,000円	5,000円
2人目		15,000円		
3人目以降	15,000円			

※特例給付は、受給者の所得が所得制限限度額を超えていて、中学生までの子どもを養育している場合に適用されます。

◆手当額(月額)

子どもの数	全部支給	一部支給
1人目	43,160円	10,180円～43,150円
2人目	10,190円	5,100円～10,180円
3人目以降	6,110円	3,060円～6,100円

※一部支給は所得額に応じて手当額が変動します。

◆特別児童扶養手当

◆対象者 心身に障がいのある20歳未満の子どもを養育している方

◆手当額(月額)

- ①1級 5万2500円
- ②2級 3万4970円

◆乳幼児等医療費助成

◆対象者 0歳～12歳(小学校修了前)の児童

◆内容 全額助成

◆ひとり親家庭等医療費助成

◆対象者 ひとり親家庭などの父または母および18歳(18歳に達した年度末)までの子ども

※学生の場合は20歳の誕生日まで対象です。

◆内容 小学生以下の子どもの通院・入院は全額助成。中学生以上の子どもがいる

方

人生会議に関する住民向け研修のご案内

人生の最終段階について家族や信頼できる人と話し合う「人生会議」について、基本的な内容や、自分自身の「人生会議」を考えるプロセスについて学びます。

◆とき 令和3年2月6日(土) 13時30分～15時30分

◆ところ 駅前交流プラザよろいな 会議室ABC

◆テーマ くしも、の時に備える～あなた自身の「人生会議」を考えてみよう

◆講師 静明館診療所 医師 大友 宣氏 ほか

◆定員 先着50人

◆申込方法 氏名や住所などの必要事項を、電話やメールなどで申し込み

◆申込期限 令和3年2月1日(日)

◆その他 新型コロナウイルス感染症対策を実施した上で開催いたします。

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

屋根からの落水雪にご注意を

毎年、沿道家屋からの落水雪による死傷事故が多く発生しています。冬期における通行の円滑化と、事故を無くすため、次のことに注意するようお願いいたします。

◆落水雪事故が起きそうなきは、丈夫な雪止めを設置しましょう。設置後も毎年必ず点検しましょう。

◆落水雪事故は、気温が3℃からマイナス3℃のときに発生しやすいので、早めの除雪をしましょう。

◆落水雪の除去の際は、周りに歩行者がいらないか安全確認しながら行いましょう。

◆旭川開発建設部十別道路事務所(十別市大通西15)

◆0165433146

タッチケアサロンのご案内

全国的な新型コロナウイルス感染症罹患(り)かん者増加の状況を踏まえ、タッチケアサロンの開催を見送っています。再開の際は、市立大学ホームページに掲載いたします。

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

健康づくり体操教室

◆とき 令和3年1月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木) 9時15分～11時

◆ところ 総合福祉センター 多目的ホール(西1南12)

◆対象 おおむね60歳以上

◆内容 ラジオ体操、フォークダンス、民謡踊りなど

◆持ち物 上靴

◆申し込み 当日会場で受け付けます。

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

高年齢者支援課高齢福祉係

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

令和3年出初式は中止

新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、令和3年名寄消防出初式「および」風連消防出初式」を中止せざるを得ないとの判断に至りました。楽しみにされていた関係者の皆さまには、大変申し訳なく存じますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

名寄消防署庶務課消防団係

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

名寄消防署庶務課消防団係

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

名寄消防署庶務課消防団係

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

みんなの国民年金

◆お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

昭和57年～昭和59年製のトヨトミ石油ファンヒーターを探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があります。1986年(昭和61年)より自主交換を行ってあります。

対象機種 LCR-3・LS-3-1・LS-6

ご連絡先 〒467-0855 名古屋瑞穂区桃園町5番17号 株式会社 トヨトミ フリーコール 0120-104-154

※現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております。

確定申告はe・Taxで

確定申告をe・Tax(電子申告)で行うことで次のメリットがあります。マイナンバーカードなど必要なものはありませんが、とても便利です。ぜひご利用ください。

- ◆メリット
- ◆自宅でも申告可能
- ◆生命保険料控除証明書などの各種控除証明書の提出または提示を省略
- ◆還付申告の場合、還付支払手続きがスムーズ
- ◆1月～2月でのe・Tax申告された場合、2～3週間程度で還付可能
- ◆24時間いつでも申告可能
- ◆メンテナンス時間を除く
- ◆税務相談チャットボットを開設しています
- ◆医療費控除や住宅ローン控除など質問を入力すると、人工知能による自動回答を行います。次の二次元コードを読み取ってください。土日、夜間でもご利用できます。

名寄税務署(西1北1) 0165422157

https://www.ntago.jp/

MIURA 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

女性 乗務員募集

男性 乗務員募集

冬期間乗務員募集

お気軽にご相談ください。

名寄市北国雪国ふるさと交流館 雪あかり館

間隔あけた会議が可能

換気可能

消毒清掃実施

消毒アルコール設置

指定管理業者 名寄美装工業(株) nabiko.jp

お問い合わせ TEL: 3-4705

お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111) 風連庁舎(0165532511)

公立保育所入所児を募集します

令和3年4月からの入所児童を募集します。

◆保育施設・定員

保育所等名	定員
西保育所(西6北4)	70人
南保育所(西6南9)	90人
東保育所(東5南3)	60人



※入所希望先は、児童の年齢により希望先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。

※定員人数は募集人数ではありません。

※私立幼児教育・保育施設への入園申し込みは、同園に直接申し込みください。

◆入所要件 児童の保護者が就労、妊娠・出産、求職活動などにより児童の保育が必要と認められる場合

※要件を証明する書類が必要です。様式は担当窓口で配布、または市ホームページでダウンロードできます。

◆受付期間 令和3年1月6日(水)～2月12日(金)

◆持参するもの ①印鑑

②児童の属する世帯全員分のマイナンバーがわかるもの

③手続きに来られる方の本人確認ができるもの(運転免許証など)

◆その他 年度途中の入所申し込みは受付期間以外でも随時行っていますが、今年度中の入所を希望される場合(産休・育休明けなど)は早めの手続きをお願いします。



◆子ども未来課(子ども福祉係) 2階(内線3242)

◆後期高齢者医療保険からのお知らせ

北海道後期高齢者医療広域連合では、医療費総額などをお知らせする「医療費通知」を年2回送付しています。なお、この通知は、受診状況をお知らせするものであり、請求書ではありません。また、手続

きを行ってもらうことありません。

◆通知書発送月

①1月から9月までの診療分を令和3年1月上旬

②10月から12月までの診療分を令和3年2月下旬

◆医療費控除の申告 この通知書は、確定申告の際に、医療費控除の申告手続きで医療費の明細書として使用することが出来ます。医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

◆市民課国保高齢医療係 1階(内線3116)

◆名寄市ずっと住まいる応援事業のお知らせ

本事業は、12月1日に本年度予算額に達したため、交付申請の受け付けを終了し、キャンセル待ちの受け付けを行ってまいます。なお、本事業は令和4年度まで続く事業です。※キャンセル待ちは交付申請を確約するものではありません。



◆産業振興室産業振興課 3階(内線3343)

◆水道凍結にご注意

冷え込みが厳しい時期になると、給水管が凍結し破損を防ぐには、水抜栓を操作して給水管の中に残っている水を抜くことが大切です。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。

◆修理業者 次の二次元コードを読み取り、市ホームページ内の名寄市指定給水装置工事業者の一覧をご覧ください。



◆年始の検針開始日 1月3日(日)

◆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お願いします。

◆上下水道室業務課業務係 3階(内線3361) 3363

◆名寄市史編さん資料提供のお願い

市では、平成初期からの約30年間の名寄・風連の歴史をまとめる「新編名寄市史(仮称)」を発行するため、資料収集を行っております。市民の皆様さまや市内団体の皆さまにおいて保管している記念誌などを提供ください。

◆資料 関係団体記念誌・年史(周年史)・社史、名寄市・風連町で撮影された街並み、催し、年中行事、当時の世相がわかる写真など市史に関係すると思われるもの

※個人情報に関わるものは除いてください。 ※可能な限り、冊子や印刷したもので提供をお願いいたします。資料が原本のみで提供ができない場合、お貸



◆発行年 今回発行する新たな市史の内容は、平成5年(1993年)から令和4年(2022年)までの30年間です。平成5年以降の資料の提供をお願いいたします。

市史編さん室 (名寄市北国博物館内)

0165432575 0165432575 FAX 0165432575 nikitaku@city.nayoro.jp

◆放送大学4月生募集

放送大学では、令和3年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。

◆学習分野 心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など

◆出願期限 令和3年2月28日(日)

放送大学北海道学習センター (札幌市北区北17西8) 011(736)6318

◆自衛官等の募集

◆自衛官候補生(男子・女子) ◆応募資格 令和3年4月1日現在、18歳以上33歳未満

◆試験日 2月14日(日)、15日(月) ※希望のいずれか1日。 ※試験会場は旭川で、ほか詳細は受け付け時にお知らせします。

自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所(西1南9) 0165433921

◆年末年始の休業

市役所関係施設の年末年始休業情報は広報なよろ12月号の25ページをご確認ください。

企画課広報推進係 3階(内線3315)

◆寄附

◆学校給食のために ○名寄市もち米生産組合 (及川 友和組合長)

◆被災地支援のために ○道北なよろ農業協同組合 (東野 秀樹 代表理事組合長)

◆麻生区町内会女性部 (佐藤 惇子部長)

◆町内会に入りました

安心して暮らせる地域づくりを支えている町内会では、さまざまな活動を行っています。

◆安全・安心の地域づくり 災害に備えた防災訓練や、犯罪を起さ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。

◆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。

町内会連合会事務局 (企画課企画調整係) 3階(内線3311)

◆無料相談窓口

- ①消費生活相談 とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ②市民相談 とき 月～金曜日 9:15～16:00
- ③無料法律相談 とき 1月10日(日)11:00～2月7日(日)11:00
- 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 ほかの金曜日13:00～15:00
- ⑥年金事務相談 とき 1月19日(木)10:30～16:00
- ⑦人権相談 とき 月～金曜日 8:30～16:30
- ⑧生活相談支援センター とき 月～金曜日 9:00～17:00
- ⑨心配ごと相談 とき 月～金曜日 10:00～17:00
- ⑩障がい者差別についての相談 とき 月～金曜日 8:45～17:30
- ⑪公証相談 とき 日～土曜日 9:00～17:00
- ⑫教育相談ハートダイヤル とき 月～金曜日 9:00～17:00

名寄市消費生活センター(駅前交流プラザ「よろーな」) 0165433575 0165432111(内線3616) 名寄商工会議所(駅前交流プラザ「よろーな」) 0166-72-5004 旭川地方支局名寄支局 0165422349 社会福祉協議会(総合福祉センター内) 0165439862 西條名寄店1階こほっと 0165433968 基幹相談支援センター 0165432111(内線3218) 名寄公証役場(西1南9) 0165433131 児童センター 0165431000 0120-874-7467(7-ダイヤル)

◆清掃スタッフ募集◆ 下記以外の作業・時間帯・勤務場所もありますのであなたの働ける時間をご相談ください。

勤務場所: 名寄市内病院内 / イオン名寄店内 / フルタイム: 実働7H / パート: 実働3H~ / 作業内容: 日常清掃 / 休日: シフト制(要相談)

待遇: 有給休暇制度 / 夏・冬賞与支給(規定による) / 社保完備・交通費規定支給 / WワークOK・制服貸与 / アルバイト可

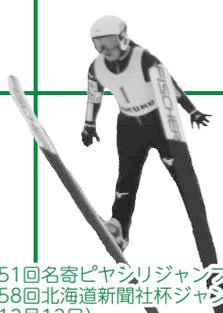
名寄美装工業(株) 2-3046 nabiko.jp

◆ゴミ収集員 常勤社員募集中! 土曜・日曜休み

☆未経験の方も丁寧に指導。 ☆安定して長く活躍できます。 ※詳細はお電話またはホームページをご覧ください。

# 1月市民カレンダー

# January

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 16時 中学生 18時 高校生 21時 生徒指導・補導協議会 (小中高等学校)	<b>2月の予定</b> ★2/6 ペーパークラフト教室 ★2/7 プリザーブドフラワー教室	<b>風連陶芸センター陶芸教室</b> ◆とき 1/28 (木)要予約 ①9:00~12:00 ②13:00~16:00 ③18:00~21:00 ※各13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			<b>1 元日</b> あけましておめでとうございます 	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> ★市民新年交礼会 12:00(グランドホテル藤花) ★北海道スキー選手権大会(ジャンプ、コンパインド) (6日まで)	<b>6</b>	<b>7</b> ★新春子ども書き初め広場 10:00 ★運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	<b>8</b> ★冬休みの工作 10:30~11:30(図書館風連分室) ★北海道中学校スキー大会 (ノルディック) (10日まで)	<b>9</b> ★土曜読書会 13:00(図書館名寄本館) ★本の読み聞かせ 13:30
<b>10</b> 名寄もち米の日 ★無料法律相談 11:00	<b>11</b> 成人の日 ★新春書初め・墨絵詩書講座 13:00~15:00	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b> ★運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00	<b>15</b> ★北海道スキー選手権大会(クロスカントリー) (18日まで)	<b>16</b> ★卓球教室 10:00 ★本の読み聞かせと工作 13:30
<b>17</b> ★北の星座音楽祭 開場14:00、開演15:00	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> ★運転免許更新時講習会 初回14:00 一般17:30 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	<b>22</b>	<b>23</b> ★本の読み聞かせ 13:30 ★森のたんけん隊 2021冬 9:00~15:00 (北海道大学北管理部)
<b>24</b> ★テンモン・カフェ 14:00~15:00	<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	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b> 広報2月号 配布予定日 ★市民文化センター 大ホール一斉予約受付 (令和4年2月利用分) 14:00~15:00	<b>30</b> ★まめまき 13:30
<b>31</b>	 第51回名寄ピヤシリジャンプ大会 兼 第58回北海道新聞社杯ジャンプ大会 (12月12日)				 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11月末日現在

### ◆人口

全体 27,092人(-33)  
 男 13,199人(-19)  
 女 13,893人(-14)

外国人住民登録者 69人(0)

出生 13人(-4)  
 死亡 24人(-5)

### ◆世帯数

全体 14,414世帯(-24)

※( )は前月末比

## 広報 なよろ

令和3年1月1日発行 第178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