

広報 なよろ

2021
April
No.181

4

市政・教育執行方針 2-3ページ

きらめくまちビト 8ページ

市公式LINEの機能紹介 9ページ

風連中央小学校

4-7 ページ

令和3年度
予算と主な事業

風連中央小学校
入学式会場



広報 なよろ

令和3年度市政・教育執行方針	2-3
令和3年度の予算と主な事業	4-7
きらめくまちビト	8
市公式LINE機能紹介	9
名寄市第8期高齢者保健医療福祉計画・介護保険事業計画を策定	10-11
第6期名寄市障がい福祉実施計画を策定	12-13
健康ガイド	14-15
なよろの除雪	16
名寄市立大学の窓から ～知への誘い～	17
フォトでお知らせ - 広報版 -	18
Nスポーツコミッション 4月から組織機構が変更します	19
基幹相談支援センターにご相談を 生活に困りごとと不安がある方は	20
健やかな成長を願って もっともち米プロジェクト	21
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	22
市立総合病院各種ドックのご案内 国民健康保険人間ドック費用の助成	23
名寄市売上減少事業者支援給付金 なよろっぽい家づくりの会	24
施設のお知らせ	25-27
暮らしのお知らせ	28-31

2月22日(月)に開会した令和3年第1回名寄市議会定例会で、令和3年度の市政運営の方針を加藤市長が、教育行政運営の方針を小野教育長がそれぞれ述べられました。本誌では基本的な考え方を抜粋して掲載します。

市政執行方針



私が市長として3期目の任を担わせていただいたから、間もなく3年が過ぎようとしています。この間、人口減少・少子高齢化が進み、地域における課題が複雑・多様化する中において、総合計画を基本としたさまざまな事業に取り組み、地域の発展のために全力を注いでまいりました。とりわけ昨年からは、世界中が新型コロナウイルス感染症により大きな影響を受ける中、本市においても、社会活動を継続できるよう各種給付金をはじめ

教育執行方針



現在、新型コロナウイルス感染症が国内外に大きな影響を及ぼしています。このような中、我が国では、学校における感染およびその拡大のリスクを可能な限り低減した上で教育活動を継続し、子どもの健やかな学びを保障していくという考え方を基本として、第3期教育振興基本計画のもと、教育振興に関する施策の総合的・計画的な推進を図る取り組みを進めています。また、北海道教育委員会では、北海道教育推進計画のもと、「自

めとしたさまざまな支援策を実施してまいりました。また、昨年末には「コロナ差別がゼロのまち宣言」を行い、感染者や医療従事者が安心して治療や看護に専念できるよう取り組んでまいりました。市民の皆さまには、感染予防への絶大なるご協力、各種施策に対するご理解に深く感謝申し上げます。いよいよワクチン接種も始まります。今後も新型コロナウイルス対策を適時適確に展開してまいります。

一方で、デジタルトランスフォーメーション(DX)やカーボンニュートラルの推進など、社会における価値観が大きく変わろうとしており、アフターコロナ社会を見据えた施策の展開が求められています。

また、王子マテリア株式会社名寄工場生産品集約に伴う停機が本年12月に予定されています。工場敷地の活用と雇用対策については、関係機関と連携して検討を継続しているところです。

このような社会や地域において、大きな変革を迎えようとする情勢をしっかりと捉えた施策を展開するとともに、引き続き市民の皆さまにとって住みよいまちづくりを進めるため、多くの意見に耳を傾けながら市民主体のまちづくりを進めてまいります。

令和3年度市政執行方針は市ホームページに掲載しています。詳しくは、このQRコードを読み取ってご覧ください。



令和3年度教育執行方針は市ホームページに掲載しています。詳しくは、このQRコードを読み取ってご覧ください。

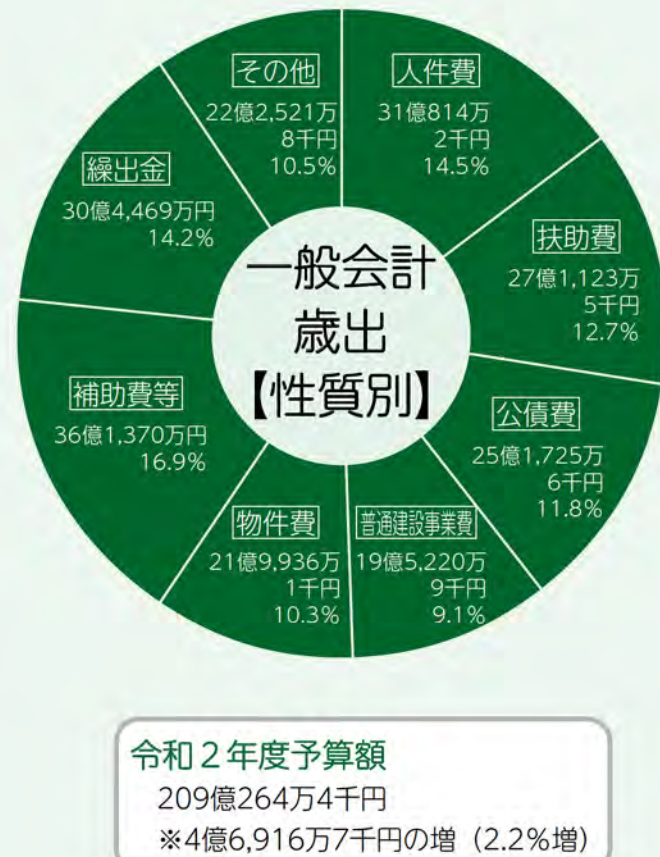
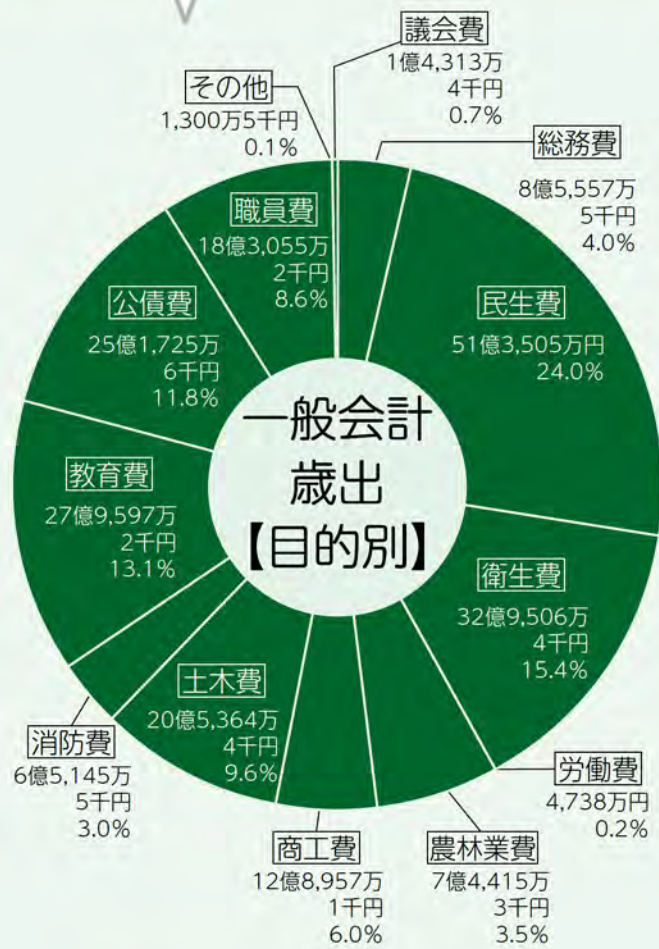
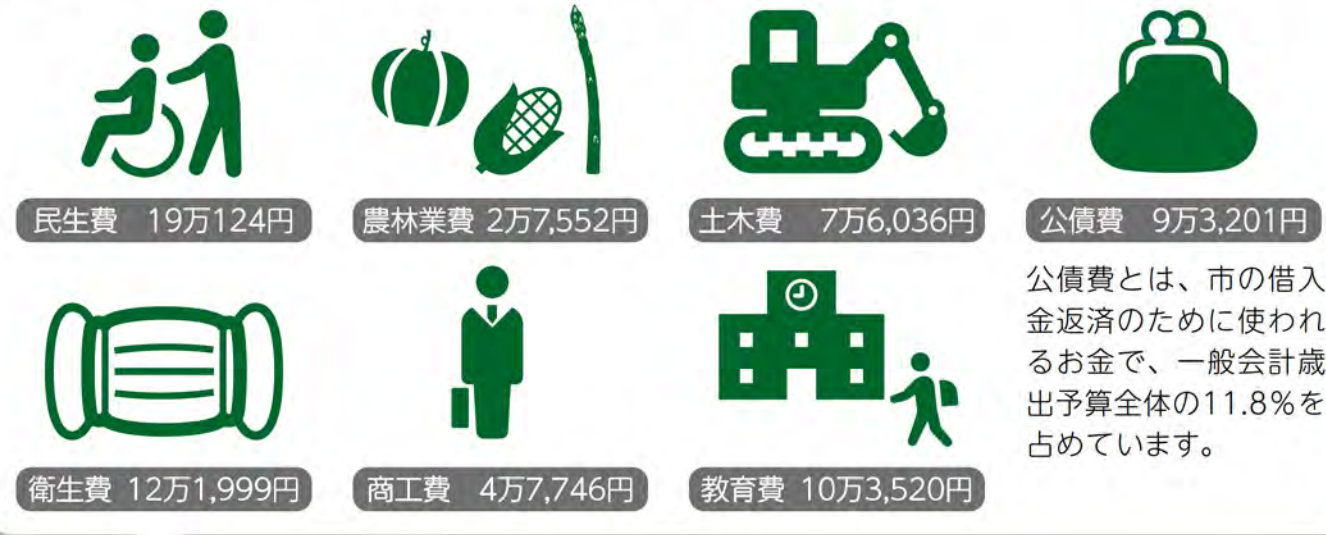


このコードを読み取ると、2月22日に行われた第1回定例会のようすを動画(Youtube)で視聴することができます。議会開始から1分後頃に市長が、50分頃に教育長がそれぞれ令和3年度の執行方針を話されます。



市民一人あたりの歳出額（目的別歳出から）

一般会計歳出予算を市民一人あたりに換算すると、**79万1,285円**。(令和3年2月末現在の住民基本台帳人口2万7,009人による) 目的別にすると次のようになります。



一般会計予算総額
213億7,181万1千円

令和3年度の各会計予算は、「ウィズコロナ」「新しい日常」に向けた取り組み、「総合計画」や「総合戦略」の具現化、事業の選択と集中の徹底、持続可能で健全な財政運営の維持といった基本的な考え方にに基づき予算編成をいたしました。
各会計予算の概要と令和3年度に行う主な事業についてお知らせします。

予算

市の財政は
3つの会計に分かれています

一般会計

土木費や教育費など市民サービスを行う「行政運営の基本となる会計」のことをいいます。

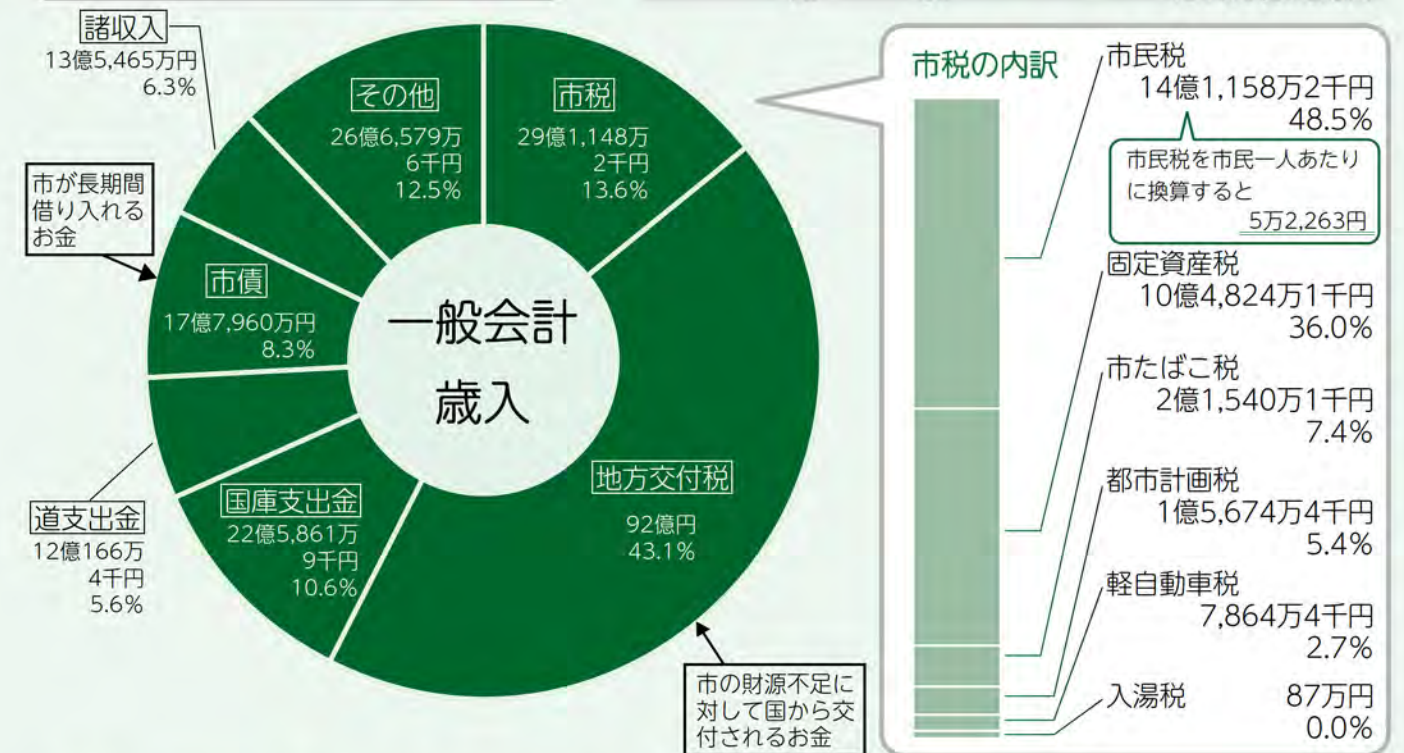
特別会計

特定の事業やサービスを提供するために利用者からの保険料や使用料などを財源として「事業を運営するために使い道が決まっている会計」のことをいいます。

企業会計

自ら事業を行い、その事業で得た財源で運営する、「民間企業と同じように経理をする会計」のことをいいます。

各会計予算総括表		
会計名	予算額	
一般会計	213億7,181万1千円	
特別会計	国民健康保険【保険事業】	27億2,375万2千円
	国民健康保険【直診】	2億1,515万5千円
	介護保険【保険事業】	27億21万4千円
	介護保険【サービス事業・名寄】	3億7,146万1千円
	介護保険【サービス事業・風連】	1億5,528万5千円
	食肉センター事業	6,351万7千円
	後期高齢者医療	4億4,502万6千円
小計	86億2,980万円	
	一般会計+特別会計	300億161万1千円
企業会計	病院事業会計	127億6,193万2千円
	水道事業会計	13億5,686万4千円
	下水道事業会計	20億5,634万3千円
	小計	161億7,513万9千円
総計	461億7,675万円	



予算の詳細内容は市ホームページから見る事ができます

HP 名寄市ホームページトップページ <http://www.city.nayoro.lg.jp/> → 暮らしの情報 → 市政・行政情報 → 財政状況 → 予算 → 令和3年度予算

◆予算についての問い合わせ 財政課財政係(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3331・3332)

Ⅲ 自然と調和した環境にやさしく快適で安全安心なまちづくり

消防車両・防火衣更新事業

名寄消防署の積載車（資機材搬送車）および消防団員の防火衣を更新し、消防体制の充実を図ります。



【担当課：消防署】

805万8千円

除排雪担い手育成確保事業

名寄市の除排雪業務に携わる担い手の育成・確保に向け研修会や免許取得費用の一部を助成します。



【担当課：都市整備課】

【新規事業】70万円

特に中心的な事業をピックアップして紹介します！



主な事業

令和3年度の主な事業を、名寄市総合計画(第2次)中期基本計画で示されたまちづくりの基本目標ごとに分類してお知らせします。

Ⅳ 地域の特性を活かしたにぎわいと活力あるまちづくり

なよろ温泉サンピラー改修実施設計委託 **重点**

市民、宿泊者、日帰り温泉利用者のニーズに対応した機能向上のため、温浴施設の改修に向けた実施設計を行います。



【担当課：産業振興課】

1,500万円

農業法人設立支援事業 **重点**

地域農業の維持・発展を図るため、複数戸の農業者による法人設立への取り組みに対し、支援を行います。



【担当課：農務課】

80万円

Ⅱ 市民みんなが安心して健やかに暮らせるまちづくり

多子世帯の保育料軽減支援事業 **重点**

保育所などを利用する3歳未満児で第2子以降の保育料を無償化し、子育て世帯の経済的負担を軽減します。



【担当課：こども未来課】

【新規事業】800万3千円

Ⅰ 市民と行政との協働によるまちづくり

会議録検索システム導入事業

議会改革の取り組みの一環として、本会議の会議録について、キーワードや発言者などで検索し、閲覧することができる会議録検索システムを導入します。



【担当課：議会事務局】

【新規事業】150万6千円

Ⅴ 生きる力と豊かな文化を育むまちづくり

学校教育情報化推進事業 **重点**

新学習指導要領に沿った義務教育と、国が進めるGIGAスクール構想を推進するため、教育用情報機器の整備と、ICT支援員の配置を行います。



【担当課：学校教育課】

1,806万4千円

名寄地区中学校施設整備事業

名寄地区にある中学校2校の施設の耐震化に向け、改築や改修などの学校施設整備の方向性を検討するため、耐力度調査を実施します。



【担当課：学校教育課】

【新規事業】600万円

こどもの遊び場整備事業 **重点**

中心市街地にある商業施設の一部を活用し、季節や天候に関係なく子どもが安心して遊ぶことができる屋内の遊び場を整備します。



【担当課：こども未来課】

【新規事業】3,500万円

生活困窮者自立支援事業

生活困窮者が抱える生活や仕事でのさまざまな悩みに対し、その方に必要な情報の提供、助言、関係機関との連絡調整など、自立に向けた支援を包括的かつ計画的に行います。



【担当課：社会福祉課】

846万7千円

Ⅲ 自然と調和した環境にやさしく快適で安全安心なまちづくり

大学院設置調査事業

専門教育の充実と発展を図るため、大学院設置に向けた事前調査に取り組みます。



【担当課：大学事務局】

【新規事業】310万円

スポーツセンター暖房設備改修実施設計委託

老朽化したスポーツセンター暖房設備改修へ向けた実施設計を策定し、施設の長寿命化および利用者へ快適なスポーツ環境の提供を目指します。



【担当課：体育施設管理課】

【新規事業】624万8千円

河川浚渫等推進事業

大雨などの自然災害による被害を抑制し、基幹産業である農業を守るため、河川の浚渫などを行います。



【担当課：都市整備課】

3,000万円

名寄高校駅設置事業

名寄高校生の利用が多い東風連駅を名寄高校前に移設し、通学の利便性および名寄高校の魅力向上を目指します。



【担当課：総合政策課】

4,780万円

名寄市公式

LINE

アカウント

より使いやすく

スマートフォン
で情報発信



より使いやすく、また使ってもらえるようにLINEの最初の表示画面を変更しましたので、機能の一部をご紹介します。



情報通知追加

市民の皆さまがほしい情報を選択できるようにしました。現在は7種類の項目を用意しています。

- 子育て情報
- 健康福祉情報
- スポーツ情報
- 文化・芸術情報
- 職員募集情報
- 消費生活情報
- その他行政情報

通知が必要な場合は、「通知を希望します!!」を選んでください。その後の発信情報からメッセージ配信します。



損傷報告

現況写真とその位置がわかる情報をこちらにメッセージ投稿してください。速やかに現地視察や復旧対応を行います。

※市が管轄していないものは、管轄者へ報告いたします。

例) 次の内容のものなどをご連絡ください

- ・歩道の縁石が破損している
- ・街路灯の電球が切れている
- ・公園の遊具が壊れている など



ごみの分別

市民団体「なよろシビックテック」さんが開発した干を超える膨大な分別方法のデータやその応答に関わる技術をいただき、市環境生活課で運用しています。捨てたいごみを入力すると、ごみの分別種類や方法を返答してくれます。

新型コロナワクチン接種の予約は「LINE」でも行えるようにします。ぜひ友だち登録をお願いします。



問い合わせ 秘書広報課 名寄庁舎3階 ☎01654③2111(内線 3315)



きらめく
まちビト

藤垣 君子

令和2年度の北海道産業貢献賞を農業関係功労者の部門で受賞した藤垣さん。平成9年に指導農業士の認定を受け、新規就農者や農業研修生の指導や女性農業従事者の活躍に大きく貢献されてきました。受賞を通じての思いや今後の目標などについてインタビューしました。

一生懸命やってきたことが女性農業従事者活躍の先駆けに

受賞の感想は
まさかこのようないい賞を受賞できると思っていませんでしたので、ありがたかったです。受賞に繋がった活動としてどんなことをされてきたのですか
指導農業士の活動をずっと続けてきたことだと思っています。平成9年に指導農業士になったときは、上川管内で女性の指導農業士が2人しかおらず、女性という立場で話をする機会がほとんどありませんでした。北海道主催の研修会などに参加して、そこにおられる女性の方と楽しく意見交換や情報共有ができたので、指導農業士を続けることができました。
そのほかどのような活動をされてきましたか
名寄地区で「きらめくネットワーク「夢」という農村女性が集うグループに所属していて、その代表をしています。上川管内の農村女性ネットワーク「ほほえみ」の会長をしていたときもあり、多くの女性のパワーを受けてきました。また名寄地区グリーンアドバイザー協議会という

名寄地区の指導農業士と農業士による組織に、「スマシの会」という女性グループを立ち上げ、精力的に行事などを行っています。
指導農業士の活動について
基本は担い手不足解消の取り組みやその育成で、いろいろな方に農業の良さを発信することが主な活動です。食育を目的とした、農業を体験できるツアーを企画し、トウモロコシやスイカなどの収穫を通じて食について考える機会をつくり、参加した子どもたちにはすぐ喜んでもらえたと思っています。
女性農業従事者として重要なことは
経営の内容を家族全員が把握した中で、仕事をきちんとやるのが一番必要なことだと思います。例えば、食材を100円で売るためには、その中で経費がどうかかっているのかを知っているのと知らないのとで、大きな違いがあると思います。また力仕事では男性に劣りますが、経営や販路についてなど、女性が関わっているかによって農業経営は絶対変わっていくと思います。

Profile

藤垣 君子 (ふじがき きみこ)

中名寄出身、結婚を機に農業に従事。夫婦で4人の男の子を育て上げ、現在は風連瑞生地区で三男夫婦とリリー・ファームを営む。「リリー」は昔作っていたゆり根の英語名「Lily bulb」から命名。主に花を栽培しており、アスパラなどの旬な食材も作付けている。趣味は習字。

これからの目標
自分が人の上に立つのではなく、周りの人たちが活発に活動できるような、根っこの役割を果たしたいと強く思っています。なんでもかんでも口を出したり、やってしまったりせず、裏方のようなサポートでみんなを持ち上げていける活動をしていきたいです。
市民の皆さまにひとこと
おいしい農産物を一生懸命作っている農家さんが多いので、ぜひ目を向けてほしいです。道の駅や直売でも名寄の食材を扱っていますので、地元産の良さを皆さんと一緒に発信できればと思います。

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。

名寄市第8期高齢者保健医療

福祉計画・介護保険事業計画

お問い合わせ
高齢者支援課介護保険係
2階(内線3234)

◆介護保険事業費等の見込みと介護保険料

◎第8期介護保険事業費等の見込み◎

第8期(令和3年度～5年度)における介護保険事業の標準給付費見込額は約88億3,500万円、これに地域支援事業に係る費用約3億8,500万円を加えた総額は92億2,300万円超となり、第7期計画策定時(約77億2,400万円)と比較して約17%程度増加するものと見込んでいます。

	令和3年度	令和4年度	令和5年度	合計
標準給付費見込額	2,688,343千円	3,037,289千円	3,113,110千円	8,838,742千円
地域支援事業費	128,350千円	128,350千円	128,350千円	385,050千円
計	2,816,693千円	3,165,639千円	3,241,460千円	9,223,792千円

※標準給付費見込額とは介護サービスの総給付費に高額介護サービス費や高額医療合算介護サービス費、審査支払手数料などを加えた支出見込額をいいます。

第1号被保険者の給付費に対する負担率は、23%で継続されます。(介護保険の国庫負担金の算定等に関する政令(平成10年政令第413号第5条関係))

◎第1号被保険者(65歳以上)の介護保険料◎

介護保険事業費の上昇や高齢者人口増加の推計に基づき、第8期(令和3年度～5年度)における第1号被保険者の保険料基準額を算定すると、月額5,847円(年額70,100円)となり、各所得段階別の保険料額は下記のとおりとなります。

所得段階	対象区分	基準額に対する割合	保険料【年額】	所得段階別加入割合	
第1段階	・生活保護被保護者、市民税非課税世帯で老齢福祉年金受給者 ・世帯全員が市民税非課税かつ本人年金収入等80万円以下	0.3 (0.5)	21,000円 (35,000円)	20.0%	
第2段階	本人が市民税非課税	世帯員全員が市民税非課税者 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円超120万円以下の人	0.5 (0.65)	35,000円 (45,600円)	14.1%
第3段階		本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が120万円超の人	0.7 (0.75)	49,100円 (52,600円)	10.7%
第4段階		世帯員に市民税課税者がいる人	本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の人	0.85	59,600円
第5段階(基準額)	本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円超の人		1.0	70,100円	11.7%
第6段階	本人が市民税課税者	本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が120万円未満の人	1.2	84,100円	15.1%
第7段階		本人の前年の合計所得金額120万円以上210万円未満の人	1.3	91,200円	11.6%
第8段階		本人の前年の合計所得金額210万円以上320万円未満の人	1.5	105,200円	4.0%
第9段階		本人の前年の合計所得金額320万円以上700万円未満	1.7	119,200円	3.0%
第10段階		本人の前年の合計所得金額が700万円以上	2.0	140,300円	0.9%

※第1段階～第3段階の負担割合は、国の保険料軽減対策を勘案した割合です。
()内の負担割合および保険料は、軽減対策前の負担割合および保険料です。

◆高齢者保健医療福祉計画・介護保険事業計画とは

「市民みんなが安心して健やかに暮らせるまちづくり」を基本目標として高齢者の保健医療福祉に関する施策をまとめ、老人福祉事業や介護保険の各種サービスの見込量などをまとめたものです。

- ◇本計画は、「老人福祉法第20条の8」に基づく市町村老人福祉計画ならびに「介護保険法第117条第1項」に基づく市町村介護保険事業計画として一体的に策定します。
- ◇第8期の計画期間は令和3年度から令和5年度までの3年間です。
- ◇名寄市総合計画(第2次)・名寄市地域福祉計画(第2期)などの趣旨を踏まえ、市民、関係者の意見を取り入れながら、策定しています。

◆基本理念

- 本計画の策定に当たっては、次に掲げる3点を基本理念とし、保健医療福祉サービスを提供する体制の確保を図ります。
- ①要介護状態・要支援状態の軽減もしくは悪化の防止、または要介護状態・要支援状態となることの予防に努めます。
 - ②高齢者などの心身の状況、その置かれている環境などに応じて、高齢者などの選択に基づき適切な保健医療サービスおよび福祉サービスが、多様な事業者または施設から、総合的かつ効率的に提供される体制を構築します。
 - ③高齢者などが要介護状態となった場合においても、可能な限り住み慣れた地域において、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことを支援します。

◆地域の課題に向けて～高齢者が安心して暮らし続けるために～

- ①冬の暮らしのかたち
・高齢者などの外出を促す仕組みとしての地域における「通いの場」の拡充を図ります。
- ②便利な交通手段のかたち
・通いの場に伴う買物支援への補助のほか、さらなる制度の充実に向けた仕組みを検討します。
- ③高齢者の住まいのかたち
・道や近隣市町村との連携を強化し、高齢者向け住まいの質の確保、適切な基盤整備に努めます。
- ④切れ目ない医療・介護のかたち
・高齢者一人ひとりにあった医療・介護を受けられるように介護保険事業所などの整備を進めます。

◆高齢者施策の基本的方針および施策の体系

目標の実現に向けた高齢者施策の基本的方針及び施策の体系は、次のとおりです。



第6期名寄市障がい福祉実施計画

「自立と共生の地域社会づくり」

問い合わせ
社会福祉課障がい福祉係
2階(内線3225)



計画推進のための具体的な取り組み

障がい者理解の促進・権利擁護

障がい者が住み慣れた地域で安心して生活できるような地域社会を実現するには、地域住民の理解や協力を得ることが不可欠であり、理解が深まるように、啓発活動に努め、適切な情報提供も行います。
また、障がい者の方々の権利擁護の取り組みを進め、差別や偏見のない社会の実現を目指します。

障がい福祉サービスの充実

- ①相談支援体制の強化
障がい者が地域で安心して生活を営むために、自分に合った障がい福祉サービスを利用するためには、相談支援を行う必要があります。今後も地域の相談支援体制の強化に向けて、取り組みを進めます。
- ②グループホームの整備
障がい者が社会で活動できる環境を整えるため、地域での居住の場となるグループホームなどの整備について、事業所と連携し計画的に進めていきます。
- ③社会参加の促進
障がい者のスポーツ活動やレクリエーション活動への参加の機会を拡大し、交流促進を図っていきます。

就労支援の充実

障がい者の雇用促進のため、ハローワークなどの関係機関と連携しながら、就労機会の拡充を図ります。



生活環境など整備の充実

市民一人ひとりの快適な生活のため、公共施設をはじめ、民間施設についても、事業所などの協力を得ながらバリアフリー化に努め、障がい者や高齢者が街中でふれあうことができる、やさしいまちづくりを推進していきます。
また、災害時に備えた防災や援護体制の整備を進め、関係機関との連携強化も図っていきます。

障がい児の支援の充実

ライフサイクル全体を通じ、支援が途切れないよう、「つなぎの支援」を行っていきます。保育所や認定こども園、放課後児童健全育成事業（放課後児童クラブ）などにおける障がい児の受け入れの際に必要な調整・協力を行っていきます。
また、重症心身障がい児・者の自立と社会参加を支援するため、個別の教育支援計画（すくらむ）や計画相談などのツールを用いて、関係部署、関係機関と連携して取り組みを進めていきます。

市ホームページに本計画の全文を掲載しています。詳しくは、このQRコードを読み取ってご覧ください。



趣旨

第6期名寄市障がい福祉実施計画は、「障害者総合支援法第88条第1項」と「児童福祉法第33条第20項」に基づき、国および北海道から示される基本的な指針に即して、必要なサービス量を計画的に見込むとともに、目標年次を定め、円滑な事業の実施を確保するため、計画を策定するものです。

位置

置つけと期間

国と道から示される指針に基づき「名寄市総合計画(第2次)」、「第2期名寄市地域福祉計画」および「第3次名寄市障がい者福祉計画」と整合性を図り、計画の期間を3年とし、第6期は令和3年度から令和5年度の3力年としています。

推進

進の基本方針

(1) 地域生活支援拠点などにおける機能の充実

(2) 地域生活への移行促進

◆ 福祉施設の入所者の地域生活への移行促進

◆ 入院中の退院可能な精神障がい者の地域生活への移行促進

(3) 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築

(4) 福祉施設から一般就労への移行

(5) 障害児通所支援などの地域支援体制の整備

(6) 相談支援体制の充実・強化

(7) 障害福祉サービスなどの質の向上を図るための取り組みに係る体制の構築

サ

ービスごとの利用量の見込みと基盤体制

各種サービスの利用量の算出には、前年度までの利用実績や居住地特例（支給決定を行う市町村とサービス提供市町村が異なる）などを勘案しつつ、地域における障がい者の実情やニーズを把握し、必要に応じた見込量を計画的に進めていきます。

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 急患に限りませ

4月4日 吉田病院
☎01654③3381
11日 名寄東病院
☎01654③2188
18日 名寄三愛病院
☎01654③3911
25日 あべクリニック
☎01654⑨7011
29日 市立総合病院
☎01654③3101
5月2～5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。

4月12日(月)

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。

……名寄市では新型コロナワクチンを速やかに接種できるように準備を進めています



新型コロナワクチン接種についてよくある質問をまとめました。



Q1:なぜワクチン接種をするのですか？
予防接種をすれば新型コロナウイルスに感染しませんか？

→発症するリスクが下がる効果や、感染してしまった場合でも重症化しないなどの効果が期待されています。しかし、予防接種によって、感染を100%予防できるものではありません。引き続き、感染予防対策(こまめな手洗い、マスクの着用、健康的な食事、十分な休養、3密の回避など)を行っていただくことが大切です。



Q2:ワクチンの副反応って？

→接種部位の痛みや頭痛、倦怠感などが多くの方に見られますが、日常生活に支障をきたすほどのものは1%未満と言われています。ただし、これまで予防接種でアレルギー反応が出たことがある方は、注意が必要と言われています。

Q3:アナフィラキシーって何ですか？

→複数の臓器や全身にアレルギー症状が現れ、命に危険が生じ得る過敏な反応が出ることを言います。ファイザー社製のワクチンについては、20万回に1回の割合程度起きると言われています。

Q4:ワクチン接種にお金はかかりますか？

→無料(公費負担)です。予約金、手数料、接種料など一切かかりません。詐欺にお気を付けください。



Q5:新型コロナワクチンを接種するにはどうしたらいいですか？

→国から示された接種順位を基に4月下旬ごろ、65歳以上の高齢者の方に接種券と予診票を送付します。64歳以下の方については、ワクチンの供給状況により順次送付となりますので、もうしばらくお待ちください。接種には予約が必要です。

Q6:どうやって予約すれば良いですか？

→予約専用のWebシステムとコールセンターを設置する予定です。予約には接種券番号が必要となりますので、接種券がお手元に届いてから予約をしてください。詳細が決まり次第、ホームページや広報誌などでお知らせします。



Q7:名寄市民です。名寄市外でもワクチンを接種できますか？

→ワクチン接種を希望する名寄市民の方は、原則として名寄市内で接種を受けることになります。ただし、やむを得ない事情がある方に限り、名寄市外で接種を受けることができる場合がありますので、実際に居住している市町村にお問い合わせください。

Q8:名寄市以外の住所に住民票があります。
名寄市でワクチン接種を受けられますか？

→原則として、住民票のある市町村でワクチン接種を受けていただくことになります。ただし、厚生労働省のホームページでは次のような事情がある方は、住所地以外でワクチンを受けていただくことができる見込みとの記載があります。

- 入院や入所中の住所地以外の医療機関や施設でワクチン接種を受ける方
- お住まいが住所地と異なる方

名寄市でもこのような方にもワクチン接種を受けていただけるよう、準備を進めています。詳細が決まり次第、ホームページや広報誌などでお知らせします。



Q9:接種券が届いたら必ずワクチンを接種しないとイケませんか？

→持病の有無に関わらず、ワクチンの接種は強制ではありません。ワクチン接種には何らかの副反応があると言われています。接種の効果と副反応のリスクの双方を理解した上で、接種するかどうかをお決めください。

Q10:持病がありますが、接種したほうがいいですか？

→現在何かの病気で治療中の方や、体調不良など接種に不安がある方は、事前に必ず医療機関でご相談ください。



特設会場(集団接種)での円滑な接種体制の確保のため、ご理解とご協力をお願いします。



なよろの除雪 (No.66)

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(内線 2214)
FAX 01655③3450
✉ny-douroi@city.nayoro.lg.jp



第66号となる今月号は、「雪解け後の道路について」です。

季節は入学シーズンへ

今年は1月、2月と大雪、3月初旬は降雪量は少ないものの、強風で地吹雪になる時間帯もありました。市道除雪につきましては玄関前や車庫前の除雪などで市民の皆さまにご協力いただき感謝します。季節は冬から春へ、卒業シーズンから入学シーズンへ変わりました。雪解けは進み、大きな水たまりができています。名寄市も道路パトロールを行い、水たまりの改善作業を進めていますが、全ての箇所を確認することは難しく、ご自宅付近や通勤通学の市道に大きな水たまりがありましたら、建設水道部都市整備課管理係までご連絡ください。



これからの道路維持作業

1. 道路の清掃

雪どけ後の道路には冬の間にたまった「ゴミ」や車の滑り止め用に散布した「砂」が残っていることから、路面清掃車によって、道路の清掃を行っています。



道路に水を撒いて砂を集める作業



集めた砂を吸い取る作業

2. 道路の補修

除雪作業により破損した道路施設（舗装面や縁石、および標識やスノーポールなど）においては、市と除雪委託業者とが連携して雪解け後に道路の補修を行っています。



凍上ってなに？

雪解け後の道路では凍上により、ひびが入っていたり、穴が開いていることがあります。凍上とは、地上の気温が0度以下の日が続くと、地上だけでなく、地表の下も凍結します。地下に水はけが悪いところがあると水がたまり、その水が凍結して膨張し、周囲の土を持ち上げて舗装道路にひびを入れたり、穴を開けたりします。



また、凍上は道路だけではなく、家を傾けさせたり、鉄道線路をでこぼこにすることもある危険な現象です。道路に大きなひび割れや、穴をみつけましたら建設水道部都市整備課管理係までご連絡ください。

名寄市立大学の窓から 知への誘い

vol.100

高血圧と食塩と高血圧予防の減塩テクニック

保健福祉学部 栄養学科 講師 氏家 志乃

「血圧と食塩の関係」

食事でたくさん食塩を摂りすぎてしまうと、血液中の塩分濃度が高くなり、高くなった塩分濃度を下げるために、体は血管の中へ水分を引き込みます。これにより、体の中の循環する血液の量が増えることを意味します。心臓は血液を体の隅々まで循環させるためのポンプですので、増えた血液をより強い圧力で押し出さなければいけませんし、強い圧力の負担が血管にもかかります。これが「血圧が上がる」状態です。この状態が長く続くと動脈硬化や心疾患、脳卒中などのリスクを上げます。

「高血圧予防の減塩と日本人が摂っている食塩量」

食塩の摂りすぎが血圧上昇と関連することや、減塩の降圧効果はさまざまに研

究で証明されており、高血圧治療ガイドラインでは、1日6g未満に塩分を制限することが高血圧予防や降圧薬開始前・後において、重要であるとしています。一方、令和元年の国民健康栄養調査結果では、1日の日本人の食塩摂取量平均値は10.8g（男性10.9g、女性9.3g）となっており、治療ガイドラインに示されている食塩推奨量「1日6g未満」と差が大きいことが分かります。では、高血圧予防のために日常の食生活で減塩を図るにはどんな方法があるのでしょうか。

「減塩テクニック」

- ① 食材の持ち味を生かす。鮮度の良いものや旬の食品を用いて調理すると、薄味でも美味しく食べることができま。
- ② 加工食品の添加食塩に注意する。「栄養成分表示の

- ③ つま味を上手に使いましょう。かつお節や昆布、などのうま味を使うことで、少ない食塩量でも美味しく料理をいただくことができます。
- ④ 塩味は同じ食塩量でも、食材のなかまで浸透しているより、外側に適度な味がついている方が食べやすいので、醤油は「かける」よりも「つける」方がより減塩を図れます。
- ⑤ 香味食品や香料を上手に利用しましょう。こまめ、のり、レモン、ゆず、みつば、大葉などの香味食品、またシヨウガやワサビ、からし、サンショウなどの香辛料は味や風味が引き立ち、薄味を感じにくくさせる効果があります。
- ⑥ 食材の下処理を工夫しましょう。例えば、魚は調理をする前に酒や香辛料で臭みを消し、下味に塩を使わない、また和え物などの野菜はゆでるときに塩を加えず、しっかりと水気を絞ってから和えるようにしましょう。
- ⑦ 食べ過ぎに注意。減塩とはいえ、安心して大量に食べると食塩の摂りすぎにつながります。減塩で禁物です。



大学図書館へようこそ！

今年も全道・全国から新入生を迎え、新学期がスタートしました。コロナ禍での新年度も2回目、対応に苦慮した1年間を経て、大学での学びのスタイルも変わりつつあります。

図書館も、学生の学習活動を支え、豊かな大学生活を送れるよう応援していきたいと思ひます。

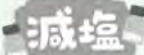
【4月の開館について】

日曜日と昭和の日は休館です。
4月6日までは短縮開館です。(午後5時閉館)
4月7日以降、平日は午後9時、土曜日は午後5時で閉館です。
※30日(金)は午後5時閉館

◆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～

- 「減塩のすべて 理論から実践まで」
日本高血圧学会減塩委員会/編 南江堂
- 「毎日おいしい高血圧の減塩レシピ」
富野 康己/監修 剣見崎 聡美/料理 成美堂出版
- 「図解でわかる高血圧 血圧を下げるおいしいレシピつき」
新 啓一郎/監修 秋山 聖美/料理 主婦の友社
- 「やせる！血圧が下がる！塩ゼロレシピ」
減塩よりおいしい奇跡の60品
庄司 いずみ/料理監修 マキノ出版



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

令和3年度ジュニアスポーツアカデミー生募集のご案内



名寄市で活躍する小学5年生から中学3年生のスポーツ選手のスキルアップをサポートするために「ジュニアスポーツアカデミー」を開校します。体力測定やトレーニング、教育プログラムを展開するとともに、他競技の選手との交流を通じて、協働しながら規律を守り、自律型・課題解決型の青少年育成に寄与していきます。

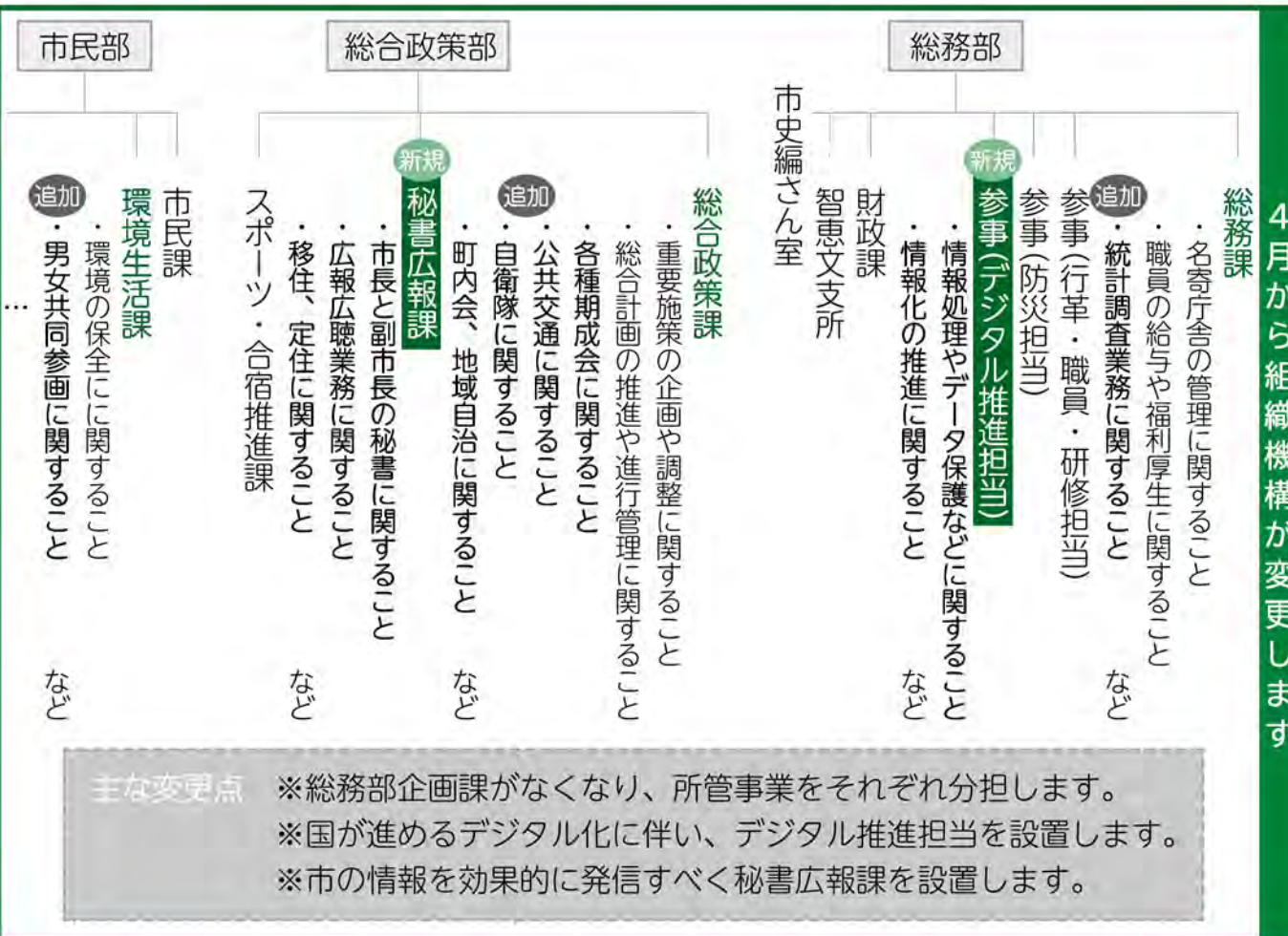
問い合わせ Nスポーツコミッション事務局
市民文化センター内 ☎01654②2218
✉info.nsportscommission@gmail.com

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！ぜひいいねやフォローをお願いします！



■ 概要 ■

- ①競技力向上を目的としたフィジカルトレーニング
(基礎筋力、全身の運動性と体の使い方、バランス、動きの強弱、細かな動きとリズムなど、テーマをもってトレーニングします)
 - ②スポーツ医科学、栄養学、目標設定などの座学
- 【開校式】 5月16日(日) 14:00~17:00
【トレーニング日(予定)】 基本的に第2・4月曜日(祝日の場合は翌日) / 16:30~18:00
【場 所】 スポーツセンター
【対 象】 市内に在住、または市内の運動系部活やスポーツ少年団、スポーツ競技団体のいずれかに所属する小学5年生~中学3年生(2021年4月時点)。
【参加費】 12,000円(税、チームTシャツ料込み。スポーツ保険料は別途かかります。)
【定 員】 20人
【応募期限】 4月20日(火)
【応募方法】 応募用紙に必要事項を記入の上、メールか郵送かFAXで申し込みください。規約・応募用紙は右の二次元コードから入手してください。



ホームページのほかにも市公式フェイスブック(3月22日現在、2848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。

2/25 中名寄小学校で食育出前授業



5校時目の授業にホクレンと農協の職員の方々による食育出前授業が全校児童を対象に行われました。もち米の脱穀から精米までを行い、児童たちは興味を持ちながら授業を受けていました。

2/19 ホワイトマスター授賞式



名寄庁舎で行われ、2020年度は北星信用金庫が授賞しました。授賞を受けて北星信用金庫の岡本理事長は「創立70周年という節目の年に授賞できて大変光栄です」と感謝の気持ちを述べました。

3/3 名寄小学校で6年生を送る会



令和2年度は6年生50人が卒業。在校生はコロナ禍の影響で卒業式に参加できないため、6年生と在校生が交流できる最後の機会となりました。1年生は校歌を歌い、6年生を見送りました。

2/27 名寄東中学校で除雪ボランティア



名寄東中学校の生徒およそ80人が1人暮らしのお年寄りや体の不自由な方のお宅の除雪を行いました。生徒たちは11戸の除雪を行い、地域へのボランティア活動に汗を流しました。

3/12~15 JOCジュニアオリンピックカップ2021

今年度、2年ぶりの開催となった「JOCジュニアオリンピックカップ2021」はエントリー参加実人員数で512人もの選手が参加。4日間かけて、中学生・高校生の生徒がスペシャルジャンプ、クロスカントリ、コンパインドの競技を行い、今まで練習してきた成果を存分に発揮していました。天候にも恵まれ、保護者や観客、コーチ、チームメイトの応援はいたるところで響き渡っていました。名寄在住の選手も7人(高校生4人、中学生3人)参加し、力の限りを尽くしていました。



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。



及川 翔太郎くん
令和元年8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！
元気いっぱい育ててくれてありがとう。
これからもずっと大好きだよ^^
とうちゃん・かあちゃんより



近藤 海惟くん
令和元年11月生まれ
保護者からの
メッセージ

お兄ちゃんたちにも負けずここまで元気に育ってくれてありがとう
これからも元気いっぱい海惟くんできてね！生まれてきてくれてありがとう！

「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 とも未来課子育て支援係(名寄庁舎2階) ☎01654③2111(内線3245)



もっと！もち米プロジェクト

66

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



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子です。

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！その一部をご紹介します。



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。



基幹相談支援センター「ぽっけ」にご相談ください！

「基幹相談支援センターぽっけ」は障がいなどに関する「総合相談窓口」です。

障がいのある方とご家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるようさまざまな相談や情報提供、地域への啓発活動などを行っています。



例えば……

- 障害福祉サービスを利用したい
- 暮らしで困っていることがある
- 地域で心配な方がいる
- 専門機関を紹介してほしい など

専門の職員が、お子さんから大人の方まで、障がいの有無に関わらずさまざまな相談に対応いたしますので、どうぞお気軽にお問い合わせください。

発達障害啓発週間

毎年4月2日は国連で定めた「世界自閉症啓発デー」です。

日本では世界自閉症啓発デーの4月2日～8日までを「発達障害啓発週間」と定め、発達障がいについて多くの方々に知っていただく機会としています。

誰もが暮らしやすい社会の実現のためには、障がいの特性やライフステージに合わせた療育などの適切な支援のほか、周囲の理解も大切です。

発達障がいを正しく理解し、発達障がいの方も暮らしやすい社会にしていきましょう。



問い合わせ

基幹相談支援センター(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3218)

生活に困りごとと不安がある方はご相談ください

生活困窮者自立相談支援事業

働きたくても働けない、経済的な問題や家族の問題などでお困りの方からの相談を受け、専門の相談員が相談者の抱える問題や状況を確認し、一人ひとりの状況に合わせた具体的な支援計画を作成し、寄り添いながら自立に向けた支援を行います。



就労準備支援事業

「社会に出ることに不安がある」「他人とうまくコミュニケーションできない」といった理由ですぐに職に就くことが難しい方に、就労に向けたサポートや就労機会の提供を行います。



家計改善支援事業

家計状況の「見える化」と根本的な課題を把握し、相談者が自ら家計を管理できるように、状況に応じた支援計画の作成、相談支援、関係機関へのつなぎ、必要に応じて貸し付けのあっせんなどを行い、早期の生活再生を支援します。



住居確保給付金

離職により住居を失う、またはその可能性が高い方に家賃相応額(上限あり)を有期で給付する事業です。
※給付を受けるには、収入、資産、雇用施策による給付金の授受などいくつかの支給要件があります。



相談先

名寄市社会福祉協議会「生活相談支援センター」(総合福祉センター内)
☎01654③9862

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)

国保加入の方には
助成があります
下表※印の金額で受けることができます。事前に国保から受診票の交付を受けてください。



市立総合病院では、「日帰り人間ドック」と「脳ドック」の予約を開始しています。皆さまのご利用をお待ちしています。
また、ドックの各種オプションもご利用ください。検査結果は後日郵送します。
◆各種オプションを申し込む方へ
問診票などを郵送するときに詳しくご案内します。
◆申し込み・問い合わせ
市立総合病院医事課医事係
01654③3101
(内線1317)

令和3年度 市立総合病院 各種ドックの ご案内

脳ドック(火・木曜日)

3万3,740円(※1万1,340円)

オプション項目	価格
1 腫瘍マーカー等オプション	各1,980円
2 動脈硬化オプション	1万2,100円
3 骨粗しょう症オプション	5,680円

脳卒中など脳の病気は重い後遺症を残す病気です。しかし、脳卒中は検診や適切な投薬治療により未然に防ぐことができる病気です。
脳ドックであなたの大切な脳のチェックをお勧めします。脳外科医が担当します。

日帰り人間ドック(火・木曜日)

3万8,730円(※1万2,930円)

オプション項目	価格
1 子宮がん検診	5,960円(※2,060円)
2 卵巣検診	1,750円
3 腫瘍マーカー等オプション	各1,980円
4 脳のオプション	2万900円(※7,000円)

毎日の生活習慣や食習慣により自覚症状がないまま進行している生活習慣病をチェックします。
生活習慣病は早期発見と早期治療が大切です。
あなた自身やあなたのご家族のために年に1度は人間ドックを受けましょう。

国民健康保険人間ドック費用の助成

国保に加入している30歳以上の方が人間ドックを受診した場合、申請により費用の3分の2を助成しています。
※助成を受けるには要件があります。詳しくは問い合わせください。

◆名寄市立総合病院で受診

- 市立総合病院に受診の予約をし、受診日を決める。
- 市役所窓口で印鑑、保険証を持参し、受診票の交付を受ける。
- 市立総合病院で受診する。
- ※支払額は助成後の金額です。
- 市役所窓口で検査結果票と問診票の写しを持参する。

◆旭川厚生病院で受診

- 市役所窓口で連絡をする。
- 旭川厚生病院に受診の予約をし、受診する。
- 市役所窓口で印鑑、保険証、口座番号がわかるもの、領収書を持参する。
- 他の医療機関で受診
- ①医療機関で受診する。
- ②市役所窓口で印鑑、保険証、口座番号がわかるもの、領収書、座番号がわかるもの、領収書、

◆市民課国保高齢医療係(名寄庁舎1階)

01654③2111
(内線3116)

◆問合わせ

市役所窓口で受診の予約をする。検査結果票の提出
人間ドックを受診すると、特定健診を受診したこととして扱い、受診結果により保健指導が行われます。検査結果票の提出にご協力をお願いします。

◆特定健康診査受診券

6月以降に人間ドックを受診する40〜74歳の方は、費用の助成を受けるために「特定健康診査受診券」が必要になります。医療機関により持参する場所が異なりますので、5月下旬に送付する案内を確認ください。

◆助成回数

年度内(4月〜翌年3月)に1回限り助成します。
※保健センターで行う「特定健診」との重複受診はできませんのでご注意ください。

男女 全ての女性が輝く令和の社会へ ～第5次男女共同参画基本計画が策定されました

平成11年に男女共同参画社会基本法が制定されました。この法律は男女共同参画社会の実現のために、男女が対等な立場で、自分の意志によって社会活動に参画する機会が確保され、政治的、経済的、社会的および文化的利益を受け入れて自分のものとする事ができ、かつ共に責任を担うべき社会を形成するために定められたものです。この基本法に基づき、昨年12月25日に第5次男女共同参画基本計画が閣議決定されました。

第5次計画はコロナ禍による女性への影響、働き方改革、国内外で高まる女性への暴力根絶の動き、ジェンダー平等に向けた世界的な流れなどを背景に策定されました。設定された成果目標をピックアップしてご紹介します。

項目	現状	成果目標
民間企業における男性の育児休業取得率	7.48%(2019年度)	30%(2025年)
25歳から44歳までの女性の就業率	77.7%(2019年)	82%(2025年)
第一子出産前後の女性の継続就業率	53.1%(2015年)	70%(2025年)
「社会全体における男女の地位の平等感」における「平等」と答えた者の割合	21.2%(2019年)	当面50%

成果目標達成には私たち一人ひとりの意識の持ち方が大切です。
第5次男女共同参画推進計画本文にご興味のある方は内閣府男女共同参画局HPにてご覧になれます。
右の二次元コードからもHPにアクセスできます。

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

クレジットカードの利用明細は必ず確認しましょう!

名寄市消費生活センター通信

お問い合わせ 消費生活センター 01654③3575

事例
クレジットカード会社から、代金の引き落としができないと確認の電話がきた。慌てて利用明細を見ると、先月3回に渡って計50万円以上の心当たりのない請求があった。カード会社に問い合わせ、教えてもらった請求元に連絡をすると、私名義での購入の履歴はないと回答があった。不正利用されたのではないかと悩んでいた。(70代男性)

アドバイス
困ったときは、早めに消費生活センターに相談してください。

- ◆「クレジットカード会社から利用した覚えのない請求があった」という相談が寄せられています。第三者による不正利用のおそれもあります。
- ◆利用明細は必ず毎月確認しましょう。クレジットカードを利用した際の伝票や注文メールなどは保管しておき、日付や金額などを利用明細と突き合わせて確認しましょう。また、利用明細には、店舗名とは異なる記載がされていることもあります。
- ◆自分に覚えがなくても家族がカードを利用している可能性もあるので、家族にも確認してみましょう。
- ◆不正利用が疑われる場合は、早急にカード会社に連絡しましょう。

※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確認してください。

◆とき 4月25日(日) 10時

◆対象 小学生以下の子と保護者

◆親子いっしょに!
「親子いっしょに!」
図書館探検隊

こどもの読書週間企画
のヒント



毎日続けられる朝ごはんとお弁当のヒント

ミニ展示コーナー
小学3・4年生向けおすすめの本

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

休館 土・日 9時30分~17時
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。

自動車文庫「やまゆり号」4月の巡回日程

【名寄地区】		
13・27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	16:00~16:15
7・21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
14・28日(水)	緑丘第1団地	15:10~15:25
	サビラー・マーガレットイラ道宮住宅前	15:35~15:50
8・22日(木)	コデマリ公園前	15:10~15:25
	西10南1自衛隊官舎前	15:35~16:00
【風連地区】		
9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

土曜読書会

◆**定員** 3組(電話または直接申し込みください)

◆**とき** 4月10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

◆**本の読み聞かせなど**
◆**金曜おはなしクラブ(金曜日)**
◆**とき** 4月2日、9日、16日、23日 各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** 4月1日、15日 10時30分

◆**対象** 3歳未満児・保護者

◆**4月の休館日**
5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、29日(木)、30日(金)

風連分室

◆**ミニ展示コーナー**
◆**本の読み聞かせなど**
◆**おはなしタイム(木曜日)**
◆**とき** 4月1日、15日 各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** 4月27日 11時20分

◆**ところ** 子育て支援センター

◆**対象** 3歳未満児・保護者

◆**4月の休館日**
4日(日)、11日(日)、12日(月)、18日(日)、25日(日)、29日(木)、30日(金)

ひまわりらんど

新型コロナウイルス感染症防止対策のため、ひまわりらんどを利用する際には、事前予約をお願いいたします。

身体測定
身長・体重を測り、手形を押しましょう。



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
〒1654-0211 n-kosodate@outan@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「くま」(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

「くま」

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

◆**とき** 4月22日(木)、23日(金)、26日(月)

◆**申込方法** ひまわりらんどへ直接または電話で申し込みください。

◆**申込期間** 4月21日(水)

ベビー・キッズクラブ

◆**とき** 4月8日(木)、9日(金)、12日(月)

◆**申込方法** ひまわりらんどへ直接または電話で申し込みください。

◆**申込期間** 4月7日(水)

◆**お申し込みと保護者の方で「こいのぼり」を作ります。**



名寄市売上減少事業者支援給付金

名寄市経営維持支援給付金を受け取っていない事業者で、新型コロナウイルス感染症の影響で売り上げが減少している事業者に対し、次のとおり給付金を支給します。

対象者 市内に事務所、事業所または店舗を有する中小企業や個人事業主
※ただし、2月26日(金)まで申請を受け付けた「名寄市経営維持支援給付金」を受け取った事業者は対象外

対象要件 次の①、②の両方を満たしていること

① 令和2年11月から令和3年3月までのいずれかの月の事務所などの売り上げが、比較対象月(※)と比べて30%以上減少していること

または

② 令和2年11月から令和3年3月までの任意の連続する2か月の事務所などの売り上げが、比較対象月(※)と比べて20%以上減少していること

※比較対象月：令和2年11月から令和3年1月までは前年の同月、令和3年2月令和3年3月までは前々年の同月、開業後1年未満である場合は、開業後の任意の月

③ 新北海道スタイルを実践するとともに、業種別ガイドラインに準じて感染予防対策に取り組むこと

給付金額 比較対象月の売り上げから、選択した月の売り上げを差し引いた額に3を乗じて得た額
※任意の連続する2か月の場合は、いずれかの月
※千円未満切り捨て、上限20万円

申込締切 4月30日(金)

申し込み・問い合わせ
経済部産業振興室産業振興課(名寄庁舎3階)
☎01654③2111(内線3341)
※名寄商工会議所会員、名寄料飲店連合会会員、風連商工会会員の方は所属される会に問い合わせください。

VOL.46

なよろっぽい家づくりの会

住まいのリフォーム②

前回に引き続き、今回は特に高齢者の住まいのリフォームについてをお話します。

高齢者(親)が子どもに迷惑をかけないためには、介護が必要になるタイミングを遅らせることです。自分たちだけで暮らしていけないとなれば、場合によっては、子どもは親の介護のために仕事を辞めたり、あるいは離職・転職などしたりと、子どもの生活や人生に大きな影響を与えてしまいます。つまり、「健康寿命」を長く維持すること自体が、そのほか以上に「子どもに迷惑をかけない」方法であるのです。

「夫婦ともにまだ元気だから、どちらかの体が不自由になっても子どもには迷惑をかけず、二人で助け合う」と考えていても、例えば、階段の上り下りや狭いトイレなどで、体が不自由になった方を、同じく高齢の夫か妻が介護するのはとても負担が大きいものです。不慣れた住まいで老老介護を続けていると、今度は介護者側が腰を痛めたり、持病が悪化したりということが起こります。そもそもよく言われるように「老老介護」は想像をはるかに超える大変さです。

「夫婦どちらかの体が不自由になったら、『高齢者施設』に

入る」と考えていても、近くに理想的な施設がなければ、あっても空きがなければまた違う施設を探すなどしてはいけません。何より、高齢になってからの夫婦離ればなれの生活は、とても寂しく味気ないものです。

高齢になると、「寝たきり」にも注意が必要です。そのため、転倒して骨折しないこと、脳疾患や心疾患を発症させないことが大事です。「寝たきり」になると認知症に進む場合も多く、「子どもに迷惑を〜」なんて夢物語になってしまいます。

「老後に備えて〜」とお金を残しておきたいと考えるのは、当然の心理だと思いますが、お住まいの場所で、今まで以上に安心して安全に暮らしながら健康寿命を長く保つ、そして万が一、介護が必要になっても、配偶者や子どもなど介護者にとって負担の少ない家にするために「住まいの改善」に投資するという発想も、あるべき選択の一つかと思います。

■**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

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、急き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。

児童センター

児童センター「ほっこり」
(西11北2)
FAX 016554③3465
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

入学・進級おめでとう会

児童センターでお友達と仲良くなるうー参加賞もありま
す！

- ◆とき 4月24日(土) 13時
30分～15時
- ◆ところ 児童センター
- ◆対象 市内小学生
- ◆定員・参加料 なし
- ◆持ち物 上靴、マスク、かばん
- ◆申込期間 4月10日(土)～16日(金)
- ◆申し込み なよろっこ4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。(電話での申し込み可)



母のロブレゼント作り

母の日に心のこもったプレゼントを渡しませんか？

- ◆とき 5月8日(土) 13時
30分～15時
- ◆ところ 児童センター
- ◆対象 市内小学生
- ◆定員 20人
- ◆参加料 無料
- ◆持ち物 上靴、マスク、かばん
- ◆申込期間 4月10日(土)～16日(金)
- ◆申し込み なよろっこ4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。(電話での申し込み可)



博物館

北国博物館(緑丘222)
FAX 01654③2575
〒kitaaku@city.nayoro.g.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

- ◆ところ 児童センター
- ◆対象 市内小学生
- ◆定員 20人
- ◆参加料 無料
- ◆持ち物 上靴、マスク、飲み物(水筒に入れて)
- ◆申込期間 4月24日(土)～30日(金)
- ◆申し込み 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。(電話での申し込み可)

※児童センターへ来館される際には、必ずマスクを着用してください。

※児童センター利用前に検温をさせていただきます。熱やせきの症状がある場合、利用を控えていただきます。



▲展示している木彫り熊の作品

企画展(無料)

「蔵出展(木彫り熊)」

博物館所蔵の木彫り熊作品

野外植物展

芽吹き季節に地域の植物をいろいろな形で紹介する、恒例の展示会です。写真、押し花、リース、工芸品などのほか、会員の観察活動記録が展示されます。

- ◆とき 4月3日(土)～18日(日)
- ◆ところ 北国博物館ギャラリーホール
- ◆主催 及川幸雄さん(下川町)
- ◆共催 名寄新聞社



▲前回の展示のようす

及川幸雄絵画展

道北の自然を表現する画家として、一昨年フランスの公募展「サロン・ドートンヌ」展に会員となった及川幸雄さんが、これを記念して入選作など17点を展示します。

- ◆とき 4月25日(日)～5月9日(日)
- ◆ところ 北国博物館ギャラリーホール
- ◆主催 なよろ野の花の会(上野紘一会長)

公民館

市民文化センター(西13南4)
01654②2218
FAX 01654②2356
〒bunsen@city.nayoro.g.jp
開館 8時～22時
休館 月・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

令和3年名寄市成人式の開催について

延期をしていた「令和3年名寄市成人式」は5月4日(火曜日、みどりの日)に開催することとし、新成人のみなさんに開催案内を発送しました。

- ◆とき 5月4日(火) 15時
- ◆受付開始は14時から
- ◆ところ 市民文化センター
- ◆出欠はがきは、4月21日(水)までに返送してください。



大ホール一斉予約受付

(令和4年5月利用分)
◆とき 4月30日(金) 14時～15時
- ◆ところ 市民文化センター東館窓口
- ◆受付方法 名寄市民文化センター大ホール利用予約受付票を提出してください。※提出はFAXでも受け付けますが、利用希望が重なったときは、来館している利用者同士で協議となります。それでも決まらない場合は抽選を行います。

天文台

なよろ市立天文台「きたすびる」
(日進157道立サンピラーパーフ星見の丘)
01654②36956
FAX 01654②0267
〒kitasubarun@ayoro-star.jp
HP https://www.nayoro-star.jp
開館 13時～21時30分
休館 月祝日の翌日・最終火・年末年始

4月の利用案内

- ◆休館日 5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、27日(火)、30日(金)

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 14日(水)～25日(日)
- ◆今月見える惑星 火星
- ◆1.6メートルピリカ望遠鏡見学・観望
- ◆見学のみのみ 1日(木)～29日(木) 13時～18時30分(休館日を除く)
- ◆天気が良ければ星が見える日 2日(金)～4日(日)、9日(金)～11日(日)、16日(金)～18日(日)、23日(金)～25日(日)

18時30分～21時30分(詳しくは天文台まで問い合わせください)

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
20:00	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

年間パスポートデザインコンテスト作品展

市内の小・中学生から募集した、なよろ市立天文台の年間パスポートデザインの作品展を行います。

- ◆とき 4月6日(火)～18日(日)(休館日を除く)
- ◆参加費 無料



▲作品展のようす

M104

ピリカ望遠鏡は急きよ、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。

4月の太陽・月の暦					
日	日の出	日の入	月の出	月の入	月の形
1日	5:09	17:59	22:26	7:13	4日 下弦
10日	4:53	18:10	4:31	16:08	12日 新月
20日	4:36	18:23	9:51	1:07	20日 上弦
30日	4:20	18:35	22:37	6:26	27日 満月

M104

M104はおとめ座にある銀河で、地球からの距離は約4600万年あります。メキシコの伝統的な帽子シンプレロに似た姿をしていることから、シンプレロ銀河とも呼ばれています。従来は渦巻銀河を真横から見た姿だと考えられていましたが、2012年の観測結果から、円盤銀河の中に円盤が収まる複雑な構造をしていることが分かりました。
2016年6月2日(撮影者 渡辺文健)



▲撮影者 渡辺文健

お問い合わせ 申し込み 名寄庁舎(0165432111)

手話奉仕員・要約筆記
奉仕員養成講座

- ◆養成講座
 - ①手話奉仕員養成講座
 - 日常生活に必要な手話表現技術などを習得
 - ②要約筆記奉仕員養成講座
 - 要約筆記の基礎知識や方法、伝達技術などを習得
- ◆とき
 - ①5月6日(木)～11月29日(月)の毎週月・木曜日 19時～
 - ②5月19日(水)～10月27日(水)の毎週水曜日 19時～
- ◆ところ
 - ①②ともに総合福祉センター(西1南12)
- ◆対象
 - ①②ともに18歳以上の市民(高校生を除く)
- ◆受講料
 - ①無料(テキスト代は負担)
 - ②無料
- ◆申込方法
 - ①②ともに氏名・住所、電話番号を電話、FAX、メールまたは窓口に直接申し込みください。
- ◆申込期限
 - ①4月30日(金) ②5月7日(金)

社会福祉課障がい福祉係
2階(内線3225)
FAX 0165432089
ny-shakai1
@city.nayoro.lg.jp

風 風連庁舎(0165532511)

手当額の改定

次の手当は、令和3年度で金額の改定はなく、現行の手当額と変更ありません。所得制限などの支給条件も変更ありませんが、詳しくは問い合わせください。

手当の名称		現行手当額
児童扶養手当	手当本体	4万3,160円～1万180円
	第2子加算	1万190円～5,100円
	第3子以降加算	6,110円～3,060円
特別児童扶養手当	1級	5万2,500円
	2級	3万4,970円
障がいに関する手当	障害児福祉手当	1万4,880円
	特別障害者手当	2万7,350円
	経過福祉手当	1万4,880円



児童扶養に関する手当について
子ども未来課子育て支援係
2階(内線3241)
社会福祉課障がい福祉係
2階(内線3225)

風 風連庁舎(0165532511)

「ふるさと会」会員募集

東京都、札幌市、旭川市、またその近郊に居住する名寄市出身者、または名寄市にゆかりのある方で組織する「ふるさと会」では、新規会員を募集しています。(居住地域などは限定していません) 皆さまのご家族、知人、友人などをふるさと「なよろ」の応援団としてご紹介ください。

ふるさと会名称	主な活動
東京なよろ会 会員数 268人 年会費 1,000円	名寄ピヤシリスキーツアー(1月下旬～2月)、名寄白樺ゴルフツアー(6月)、納涼会(7月)、定期総会・懇親会(10月)
さっぽろ名寄会 会員数 40人 年会費 2,000円	定期総会・懇親会(2月)、納涼ビール会(7月)
札幌風連会 会員数 50人 年会費 2,000円	定期総会・懇親会(5月)、故郷訪問(随時)、秋の紅葉会(ビールパーティ・10月)
旭川風連会 会員数 36人 年会費 1,000円	定期総会・懇親会(2月)、親睦パークゴルフ大会(随時)、故郷訪問と白樺まつり参加(隔年・6月)

交流推進課交流推進係
1階(内線2391)
@nykoryu@city.nayoro.lg.jp

28

自衛官等の募集

	一般幹部候補生 (大卒程度試験)	一般幹部候補生 (院卒者試験)	一般曹候補生
応募資格	22歳以上26歳未満 (令和3年4月1日現在)	20歳以上28歳未満 (令和3年4月1日現在) ※修士課程修了者など(見込含)	18歳以上33歳未満 ※採用予定月の末日現在 33歳に達していない者
受付期間	受付中～4月28日 ※締切日必着です		受付中～5月11日(火) ※締切日必着です
試験日	1次試験 5月8日(土) ※飛行要員希望者のみ9日(日)に筆記式操縦適性検査 2次試験 6月8日～14日のうち指定する日		1次試験 5月21日～23日の内1日 2次試験 6月18日～21日の内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。
※新型コロナウイルスの状況次第で日程・会場が変更する場合があります。

自衛隊旭川地方協力本部
名寄出張所(西1南9)
0165433921

リンゼイ派遣交換学生を募集します

カナダ国リンゼイへ派遣する交換学生を募集します。
※ただし、新型コロナウイルスによる影響で本事業を中止する場合があります。

- ◆募集人数 原則2人
- ◆応募資格 市内の高校に通う市内在住者で、心身ともに健康な高校生
- ◆保護者承諾が必要であり、派遣が決定した場合、保護者は同委員会に加入し、受け入れ事業に協力すること
- ◆派遣先 カナダ・オンタリオ州カワーサレイクス市リンゼイ
- ◆派遣期間 7月下旬～9月下旬(2カ月程度)
- ◆滞在方法 現地ホームステイ
- ◆負担金額 12万円程度(旅行総経費は40万円程度で、不足分を助成します)
- ◆市に住民票がない場合は全額負担
- ◆どちらもパスポートの取得や国内での前・後泊などに係る費用は別途負担
- ◆応募方法 次の①～③を所属高校に提出してください。
- ①リンゼイ派遣交換学生応募用紙
- ※高校または市ホームページ

からダウンロード
②所属学校長の推薦状
※任意様式
③作文(テーマ「交換学生の応募にあたって」)
※400字詰め原稿用紙使用
1200字以内
◆応募期限 4月19日(月)必着
◆選考面接(予定)
◆とき 4月25日(日) 15時
◆ところ 北国雪国ふるさと交流館(大通北1)
◆選考結果 4月下旬に本人に通知します
名寄・リンゼイ姉妹都市友好委員会事務局
(交流推進課内)
1階(内線2362)

とれる市民
◆参加方法 事業があり次第
随時連絡します。
◆申請 交流推進課交流推進係
1階(内線2362)

◆障害基礎年金などを受給される方の児童扶養手当
児童扶養手当法の改正により、障害年金にかかる子の加算の月額が、児童扶養手当の月額より低いとき、その差額分を児童扶養手当として受給できるよう変更されました。
◆適用 令和3年3月分の手当から
◆対象・申請 既に児童扶養手当の認定を受けている方は、原則として申請不要。それ以外の方は、6月30日(水)までに申請すると令和3年3月分までさかのぼって、手当を受給できる場合があります。
◆その他 障害基礎年金などを受給される方の所得の範囲も見直されています。詳しくは問い合わせください。

四季の家 建売住宅 76.7坪
南小学校 徒歩10分
(土地+建物+玄関前の舗装+車庫つき)
6月頃 販売予定! 2,600万円(税込)
名寄市西1条南11丁目1 (法務局北側)
名寄市西1条南11丁目1 (法務局北側)
こちらが次期販売予定地です!
Replan real estate 株式会社リプラン
詳細はリプランまでお問い合わせください
☎(01654)9-5577 担当:石崎 梨絵

献血車【ひまわり号】運行日程

とき	ところ
5月3日(月)	10:00～12:00 13:30～16:00
	イオン名寄ショッピングセンター

社会福祉課福祉総務係 名2階(内線3222)

名寄市「つと住まいる」応援事業のお知らせ
4月から本事業の申請受付を開始します。詳しくは問い合わせください。
◆対象者 次のいずれかに該当し、市税などの滞納がない方
①市に住民票があり、改修などを行う住宅を所有する方
またはその配偶者
※配偶者の場合、住宅所有者が市外に住所を有するときのみ
②市内の住宅を購入し、改修した後に転居し、市に転入する方
※平成28～30年度に実施した「住宅改修等推進事業」、または令和元年度・令和2年度に本事業を利用された方は対象外です。
※共同住宅、賃貸住宅、法人や会社、宗教団体が所有する住宅は対象外です。
◆対象工事 登録されている市内事業者が、交付決定後に着工し、2021年度内に工事とその工事費用の支払いが完了する次の工事
①住宅の増築、改築工事
②住宅の耐久性を高める工事
③住宅の安全上、防災上必要な工事
④住宅の居住性を良好にする

◆補助金の加算 次のいずれかに該当する場合は、補助金額を5万円加算し、複数該当する場合、上限10万円まで加算します。
①申請者が移住者の場合
②1年以上空き家だった家屋を改修する場合
③名寄市立地適正化計画で設定されている居住誘導区域で改修工事等を行った場合
◆提出書類 交付申請書、住民票、納税証明書、家屋証明書または登記簿謄本、工事見積書、施工前の写真などが必須です。
◆補助金額

改修工事経費 (消費税および対象外経費を除く)	補助金額
50万円以上 100万円未満	10万円
100万円以上	20万円

産業振興課
3階(内線3343)

お問い合わせ

申し込み

名寄庁舎(01654-2111)

風連庁舎(01655-2511)

令和4年度採用
名寄市職員を募集します

- 職種と募集人数
①一般事務職 7人程度
②保健師 2人
③保育士 2人
④土木技師 2人
⑤一般事務職(市立病院採用) 若干名

- 一次試験日
①・⑤ 6月20日(日)
②・④ 7月11日(日)

試験区分

- ①・③・④・⑤ 大学卒
② 大学卒、短大卒(高等専門学校・専修学校卒含む)

エントリーシート提出期間
5月6日(木)～6月3日(木)

応募方法 インターネット
求人サイト「リクナビ2022」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。



▲リクナビ2022

※受験資格など詳しくは、名寄市ホームページ(4月1日から公開予定)で受験要項をご覧ください。



▲名寄市ホームページ

総務課職員係
3階(内線3324)

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患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。再開する際は、市立大学ホームページに掲載します。

HP
https://www.nayoro.ac.jp/
市立大学 笹木研究室
01654-24194

除雪専用車両を整備

令和2年度防衛省名寄駐屯地等周辺除雪施設設置助成事業を活用して、除雪専用車両が整備されました。これからの除雪事業に活用していきます。



総合政策課総合政策係
3階(内線3312)

奨学金・修学資金の利子補給制度

市では、奨学金や修学資金の貸し付けを受けた学生・生徒に対して、基準額に応じた利子補給を行っています。

対象

- ①高等学校、高等専門学校、短大、大学、大学院 専修学校・専門課程に在学中の方
②保護者が名寄市民の方
③独立行政法人日本学生支援機構の有利子奨学金の貸し付けを受けた方、または日本政策金融公庫および民間金融機関などの修学資金の貸し付けを受けた方で、規則で定める選考基準により選考された方

※カードローンは対象外

利子補給金の算出基準額
次の金額に修業年数を乗じた額。

- ①高等学校在学者 12万円
②高等専門学校在学者18万円
③専修学校(専門課程)在学者、または各種学校在学者(修業年限1年以上) 36万円
④短大、大学、大学院在学者 48万円

※申請された年度以降分が補給対象です。

利子補給金
独立行政法人日本学生支援

機構奨学生

基準額にその貸付利率を乗じた額を補給します。
※貸付利率が変動するため、申請時に補給額を確定できません。

※(株)日本政策金融公庫・民間金融機関など
規則に定める選考基準の収入判定額により補給します。

申込期限 10月29日(金)
※借入先により必要書類が異なります。詳しくは問い合わせください。

学校教育課総務係
3階(内線3374)

健康づくり体操教室
4月8日(木)、15日(木)、22日(木) 9時15分～11時

申請

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。

高齢者支援課高齢福祉係
2階(内線3231)

町内会に入りましょう

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。
市報に町内会に関するお知らせや、町内会への加入申し込みの案内が掲載されています。
町内会に送られてくる市やその他の行政機関からのお知らせや、町内会に関する情報など、町内会に連絡するのには、町内会連絡カードを申し込みの申し込みをお願いします。



町内会連合会事務局(総務課) 3階(内線3311)

夜間窓口

とき 4月26日(月) 17:30～19:30

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。受け渡しは原則として無償としています。お気軽にお電話ください。

ゆずってください

- ①電子ピアノ
②ピアノ
③三味線
④ペーパーカー(一人用)
⑤女性用ウィンドブレーカー上下(夏用、サイズSまたはM)
⑥婦人用自転車(24～26インチ)
⑦新ストープ

※令和3年度より、当協会事務局体制を見直したことにより、「ゆずってください ゆずります」の対応は、極力役員持ち回りでありますが、不在の場合も予想されます。不在時には、留守番電話かFAXでお名前、ご連絡先、品物をお知らせください。後ほどご連絡をさせていただきます。市民の皆さまには、ご面倒をおかけいたしますが、ご理解の上、ご協力を心よりお願い申し上げます。

ゆずります

- ①座布団10枚(ほぼ未使用・仕立てた物)
②七段ひな飾り(40年ほど前の物)

名寄消費者協会
01654-35630
※不在の場合は留守番電話へ録音してください

無料相談窓口

- ①消費生活相談
月～金曜日 9:15～16:00
②市民相談
月～金曜日 9:15～16:00
③無料法律相談
4月4日(日) 11:00～
5月9日(日) 11:00～
※無料法律相談は、相談日の2日前午後3時まで予約してください。

- ④行政相談
月～金曜日 9:15～16:00
⑤結婚相談
第1金曜日 7:30～19:00
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」)
①～⑤共通 01654-23575
①～⑤共通 01654-2111(内線3616)

年金事務相談
4月20日(火) 10:30～16:00
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)

障がい者差別についての相談
月～金曜日 8:45～17:30
名寄庁舎2階 基幹相談支援センター
01654-2111(内線3218)

人権相談
月～金曜日 8:30～16:30
旭川地方支庁名寄支局
01654-2349

公証相談
日～土曜日 9:00～17:00
名寄公証役場(西1南9)
※完全予約制(01654-3131)

生活相談支援センター
月～金曜日 9:00～17:00
社会福祉協議会(総合福祉センター内)
01654-9862

教育相談
月～金曜日 9:00～17:00
児童センター
01654-1000
0120-874-746(フリーダイヤル)

心配ごと相談
月～金曜日 10:00～17:00
西條名寄店1階ここほっと
01654-23968

DV相談
月、水～金曜日 8:45～17:00
名寄庁舎2階こども未来課
01654-2111(内線3229)

ご寄附

ありがとうございます(順不同敬称略)

- 地域環境整備のために
○有限会社吉田工業(吉田 和文代表取締役)
○第一建設株式会社(寺島 香代表取締役)

- 大学内感染防止対策の活用のために
○名寄市立大学同窓会(鎌戸 俊幸会長)

- 新入学児童の交通安全啓発用品として
○生活協同組合コープさっぽろ(大見 英明理事長)

- 新型コロナウイルス感染症対策のために
○明治安田生命保険相互会社(根岸 秋男 代表取締役社長)

- 入院する患者と面会できる環境整備のために
○名寄市立総合病院サポータークラブ(田畑 忠行代表)

- 新小学1年生のために
○林 弘子

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
お気軽にご相談ください。
お問い合わせ(事務所) 01654-23669

お問い合わせ

申し込み

名寄庁舎(01654-2111)

風連庁舎(01655-2511)

4月市民カレンダー

April

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday	
<p>児童生徒の帰宅時刻</p> <p>小学生 17時 中学生 19時 高校生 21時</p> <p>児童生徒補導協議会 (小中高等学校)</p>	<p>市公式LINEの友だち登録をお願いします</p>   <p>▲LINEの友だち登録はこちらから</p>				1	2	3 ★及川幸雄絵画展 (18日まで)
4 ★無料法律相談 11:00 ※完全予約制	5	6 ★年間パスポートデザインコンテスト作品展 (18日まで)	7	8 ★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	9	10 名寄もち米の日 ★本の読み聞かせ 13:30 ★土曜読書会 13:00(図書館名寄本館)	
11	12	13	14	15 ★運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00	16	17 ★本の読み聞かせと工作 13:30	
<p>風連陶芸センター陶芸教室</p> <p>◆とき 4/8(木)、4/22(木)</p> <p>① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00 ③ 18:00~21:00 ※各13人まで</p> <p>◆費用 粘土代1kg200円 [要予約]</p> <p>◆持ち物 エプロン・上靴など</p> <p>◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743</p>		20	21	22 ★教育相談センター 夜間相談日 17:45~20:45	23	24 ★入学・進級おめでとう会 13:30	
25 ★野外植物展 (5月9日まで) ★親子いっしょに! 図書館探検隊 10:00(図書館名寄本館)	26 ★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	27	28	29 昭和の日	30 広報5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5月利用分) 14:00~15:00	5月の予定 ★5/4 名寄市成人式 ★5/8 母の日プレント作り ★5/15、22 一輪車教室	

広報誌は保存しておきましょう

☒…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3年2月末日現在

◆人口
全体 27,009人(-36)
男 13,186人(0)
女 13,823人(-36)
外国人住民登録者 75人(5)
出生 22人(9)
死亡 24人(-12)
◆世帯数
全体 14,367世帯(-22)
※()は前月末比

広報 なよろ 令和3年4月1日発行 第181号

◆発行/名寄市 ◆編集/総合政策部秘書広報課
◆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
◆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