

# 広報 なよろ

2023  
January  
No.202

1

年頭のあいさつ  
・2022トピックス 2-3ページ

ぼくの夢 わたしの夢 4-5ページ

輝け！新春なよろもちつき大会  
&もち米文化祭 12ページ

今年1月22日(日曜日)が「市民スキーの日」  
リフト無料、バイクレース、そりりんぴっくなど  
イベント盛りだくさんに開催予定((>艸\*))  
あとは当日の晴天を(ﾟoﾟ)/<祈新新



名寄市



名寄市公式  
facebook



名寄市公式  
アカウント

写真：市民スキーの日 スキーランニングバイクレース  
(2022年1月23日撮影)

# 広報 なよろ

年頭のごあいさつ

2022トピックス

..... 2-3

ぼくの夢わたしの夢

..... 4-5

EN-RAYホール通信

..... 6-7

こんにちは！

名寄市地域包括支援センターです！

..... 8

健康ガイド

..... 9

地域おこし協力隊活動報告

..... 10

フォトでお知らせ - 広報版 -

..... 11

もちつき大会&もち米文化祭

なよろ冬カレンダー掲載写真募集

..... 12

なよろの除雪

清掃センター解体工事の進捗状況

..... 13

消費生活センター通信

今月の手話

..... 14

男女共同参画社会の実現をめざして

いますぐできる家庭での省エネ

..... 15

名寄市青少年健全育成標語作品

なよろっばい家づくりの会

..... 16

施設のお知らせ

..... 17-20

暮らしのお知らせ

..... 21-25

年頭のごあいさつ

あけまして

おめでとう

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、3年連続で新型コロナウイルスの影響を大きく受ける1年となりました。市民の皆さまには、大変なご苦労の中、ワクチン接種をはじめ、さまざまな感染症予防対策に引き続きご協力いただき、感謝申し上げます。

基幹産業の農業は、当地は大きな自然災害も無く、もち米は一昨年に引き続き過去最高に匹敵する生産収量となったほか、畑作物などもおおむね豊作となりました。生産者のご努力に敬意を表します。

昨年2月には北京冬季オリパラが開催されました。ジャンプ、ノルディック、カーリングなどで、名寄に何度も合宿や大会で訪れたことのある選手の活躍に、大きな勇氣と希望をいただきました。一方で、その平和の祭典の間隙を突いてのロシアのウクライナ侵攻。連日繰り返される大変痛ましいニュースに接し、平和の尊さと「自分の国は自分で守る」という国家安全保障の重要性について考えさせられました。

5月

4月

3月

2月

1月

## 2022トピックス

- ◆五輪個人総合2連覇など史上最高の体操選手と呼び声も高い内村航平選手が現役を引退
- ◆カーリング日本代表の谷田康真選手に名寄観光大使を委嘱
- ◆市立大学がNスポーツコミッションや企業と連携し、考案した「なよろ健康レシピ」を西條名寄店で販売
- ◆将棋の藤井聡太さん、将棋王将戦を制し10代で初めて5冠を達成
- ◆北京冬季五輪、日本のメダル獲得数は過去最多の「18」
- ◆ロシア軍、ウクライナ侵攻を開始
- ◆なよろ煮込みジンギスカンが文化庁から今後も継承すべき食文化（100年フード）に認定される
- ◆東風連駅が移設改名し、名寄高校駅が誕生。愛称は「Nステ」
- ◆ロッセ佐々木朗希投手、28年ぶりとなる完全試合を達成
- ◆知床半島沖で観光船沈没事故が発生
- ◆アメリカのバイデン大統領が来日、大統領としては初めて

名寄市には日本最北の自衛隊駐屯地があり、北の国境を守る重要な部隊です。今年の名寄駐屯地創立70年の大きな節目を迎えます。市民の皆さまと一緒に祝いするとともに、国家の平和と国民の安全のために大きな任務を担う駐屯地に対し、今後も市としてできる限りの支援を行ってまいります。

「食」と「エネルギー」の安全保障は、これらの自給力を高めていくこともますます重要になります。自然の豊かさや災害の少なさ、地球温暖化を考えると、大きな役割を果たすのは北海道です。名寄市としては、一次産業のさらなる振興はもとより、北海道の拠点としての役割を果たすべく、周辺自治体や民間企業と連携して物流拠点化に取り組みとともに、再生可能エネルギーの地産地消にもチャレンジしてまいります。

持続可能なまちづくりは人づくり。今年も認定こども園の新設、智恵文義務教育学校の新設、さらには名寄中学校の改築にむけて事業を進めます。加えて、道立名寄高等学校が本年4月から生まれ変わります。市内唯一となる高校をみんなで盛り上げ、育ててまいります。名寄市立大学は本年4月から助産師課程が新設されるとともに、大学院設置の検討も進めます。時代の変化とともに、大学がさらに地域に貢献し信頼され、学生から選ばれるために、引き続き支援をしてまいります。

今年も冬のスポーツ大会がめじろ押しです。知的障がいのある方たちのスポーツ大会であるスペシャルオリンピックス冬季大会も来年(令和6年)の名寄開催が決定し、そのプレイイベントとしての北海道大会が今年開催されます。スポーツを通じた人づくりと地域活性化をさらに進めてまいります。

本年4月より、多くの市民の皆さまからのご意見、ご議論をいただいて作り上げた、名寄市第2次総合計画後期計画(令和5～8年度)がスタートします。気象変動(ゼロカーボン)、デジタル技術による社会変革(DX)、コロナ後の社会変革(アフターコロナ)など、時代の大きな変革をチャンスととらえ、本計画を具現化し、皆さまの幸せのために突き進んでまいります。

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



12月

11月

10月 9月

8月 7月 6月

◆名寄高校3年三浦由唯菜さんが、スウェーデンで行われた世界ジュニアカーリング選手権に参加、さらには優勝を果たす

◆この地では40年ぶりに七曜の惑星が一気に見られる天文現象が起こる  
◆安倍元総理、奈良県橿原市で選挙応援演説中に銃撃される

◆メジャーリーグ大谷翔平選手が10年ぶりに2桁勝利、2桁本塁打の偉業を達成

◆新型コロナウイルス問題で患者全数把握見直しや渡航規制などが徐々に緩和する  
◆プロ野球村上宗隆選手、58年ぶりの快挙、日本人最多の56号ホームラン

◆北朝鮮が発射した弾道ミサイルが青森県上空を通過、名寄でもJアラートで早朝からスマホが鳴り響く

◆韓国ソウルの繁華街、梨泰院の路上で雑踏事故が発生

◆約一年半ぶりの皆既月食が起こる、同時に天王星食も起こる大変珍しい天文現象となったが、残念ながら名寄では見られず

◆国際連合は15日、世界の人口が80億人に達したと発表

◆新型コロナウイルスの飲み薬「ソコバー」を緊急承認、国産のコロナ飲み薬の実用化は初めて

◆2022 FIFAワールドカップにおいて、サムライブルーはベスト16  
Bravo!



# ぼくの夢 わたしの夢



今年の干支は「卯」  
卯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出し、掲載しています。



【50音順】

石川いしかわつららさん

風連中央小学校  
5年



私のしゅらいの夢は、画家です。ピカソなど、ゆづめいな人が絵でみんなをしあわせにしているところを見て、かつこいいなと思っただけです。絵が上手だとみんなから言われますが、まだ、えの具で色をぬるときの、色のこさやうすさが分からないのでれんしゅうにもなるかなと思います。私も絵で、みんなをえがおにしたいです。

鬼原きはら彩梨あかりさん

名寄西小学校  
5年



私の夢は、助産師さんになることです。なぜなら、私は赤ちゃんや、小さい子が好きだからです。助産師になって、赤ちゃんとお母さんが会うまで、またはその後をお手伝いしたいです。そのために、赤ちゃんや、おなかに赤ちゃんがいる方などのことを勉強して、「この助産師さんで良かった」と思われるような助産師さんになりたいです。

奥村おくむら碧斗あおとさん

名寄東小学校  
5年



ぼくの将来の夢は、消防士になることです。去年の夏、消防士が働く姿をテレビで見ました。通報がきてすぐに出勤していた所がかっこいいと思いました。夢をかなえるために、体力をつけたいです。そして、消防士がどんなことをするのかもつと知りたいです。消防士になって、たくさんの人を助けたいです。

久保くぼ龍生りゅうせいさん

中名寄小学校  
5年



ぼくの将来の夢は、農家です。なぜかというところ、ぼくのお父さんが農家だから、あとをつぎたいからです。ぼくは、日本一おいしいお米を作りたいです。そのために、自分から手伝いをして学びたいです。どんなことにもあきらめずに、しっかりと勉強したいです。

久保くぼ歩貴あひきさん

名寄南小学校  
5年



僕の夢は、じゅう医になることです。僕の家でかっている犬が病気になったとき、近くの動物病院の先生がレントゲンをとり、どこが悪いのかを分かりやすく説明してくれました。僕はその先生を見てとてもカッコいいと思いました。僕は動物が大好きです。大好きな動物たちが病気になる時、僕もいつか動物たちを助けてあげたいです。

社会人編！  
 名寄で頑張る  
**卯年さんの  
 今年の目標**

名寄で活躍する卯年生まれの社会人に、今年の目標を一言聞いてみました。



**角谷 紅音さん (23歳)**

市内動物病院で受付業務を担当する角谷さん。高校卒業から勤めていて、働きながら動物看護の民間資格を取得し、採血などの医療行為も行っています。現在、今年から国家資格となった動物看護師の資格を取るべく猛勉強。「これからも動物たちが元気に暮らせるよう学びたい」と抱負を語ってくれました。



**佐藤 暢さん (35歳) ・めぐみさん (35歳)**

風連豊里地区で農業を営んでいる佐藤さん夫妻。暢さんは大学卒業後両親の元で就農し、もち米をメインにスイートコーンなどを作っています。札幌出身のめぐみさんと名寄で出逢い、今では昊くん(4歳)、みこちゃん(1歳)と4人家族。「名よせ通りなどで『そらくんちのおやさい』という名前で、収穫した野菜を直売しています！来年はみこちゃんもお手伝いできたらいいな♪」

ぼくの夢は、小児科医になることです。弟の手術や自分の病気で入院して先生方に助けていただきました。先生方に救っていただいた僕がさらに多くの子供を健康にする事ができたら良いなと思えました。そのためにたくさん勉強して、助けていただいた先生達のように優しくかつこい小児科医になり、そのバトンを受け取る事が僕の夢です。

**黒川 宗一さん**  
 5年  
 名寄南小学校



私には、作家になりたいという夢があります。きっかけは「シャーロック・ホームズ」を読んで、文章だけでこんなに細かな情景が表現されていることに驚いたからです。作家になったら、ミステリーだけでなく、ファンタジーにも挑戦してみたいです。そのために、新年にはオリジナルの物語を書きたいです。

**辻 伊早さん**  
 5年  
 名寄小学校



わたしの将来の夢は、農家になることです。理由は、家が農家なのと、少し楽しいからです。いもをしゅうかくする機械に乗るのが一番楽しいです。コーンの箱詰めもしていて、数えたり、運んだりするのは大変だけど少しやりがいがあります。

**藤森 結愛さん**  
 5年  
 智恵文小学校



## 2/4(土) PIANO PIANO PIANO!

EN-RAYホール開館時に導入されたスタインウェイと、名寄市民会館から引き継がれた思い出深いヤマハ。2台のフルコンサートグランドピアノを、名寄市近郊のピアニストが集まり、各々のセレクトナンバーを弾き上げます。また、Jacob KollerによるスペシャルLIVEも！



### 【Program】

- ◆名寄市近郊のピアニストステージ
- ◆公開ワークショップステージ
- ◆ジェイコブ氏によるスペシャルLIVE

### 【Profile】 Jacob Koller (ジェイコブ・コーラー)

1980年米国アリゾナ州・フェニックス生まれ。高校入学までにアリゾナ・ヤマハ・ピアノ・コンクールを含む10以上のクラシック・ピアノ・コンクールで優勝。高校ではジャズクラブでバンド活動を始め、ジャズの才能を開花させる。アリゾナ州立大学へ入学後も2000年、ジャズ作曲コンクールなどで絶賛され、2007年には、「COLE PORTER JAZZ PIANO FELLOWSHIP」のファイナリストの一人に選ばれる。2009年来日後、TOKUのバックなど、ジャズ・ピアニストとして活躍。2009年、星や月にちなんだ名曲を集めた『STARS』、2010年4月にはジャジーにショパンをプレイしてみせた「ショパンに恋して」をスマッシュ・ヒットさせる。2011年10月には、樹里からんなどをゲストに迎えた「シネマティック・ピアノ・パラダイス」をリリース。映画音楽に見事なアレンジを加え、新しいPOPSアルバムとして高い評価を得た。その後、2013年1月シネマシリーズ第2弾、そして11月6日に満を持してのホール録音による全編ピアノ・ソロとなる第3弾をリリース。ジェイコブの創造的な見事な演奏力と同時に録音音響的にも高い評価を得た。2014年10月にはシネマシリーズ第4弾として名作名画をトリビュートした初の全曲オリジナル曲による「マイ・サウンドトラック」をリリース。2015年、テレビ朝日人気TV番組「関ジャニの仕分け」内「ピアノ王決定戦」で優勝。日本のみならず、韓国やアメリカでもコンサートツアーを実現。YouTubeでも人気が出て、2100万回再生、登録者数11万人を突破。現在、最も注目されるピアニスト。

### スタインウェイD274

平成27年(2015)5月9日に開館した名寄市の新しい市民ホールであるEN-RAYホールの顔として導入されたのが、スタインウェイ・アンド・サンズ製のD274です。1884年から製造されてきたスタインウェイの主力モデルで、世界のコンサートグランドピアノの90%以上と言われるほど普及率の高い最高級ピアノです。幅156cm、長さ274cm、重さは480kg。国内の著名なホールが備え、多くのピアニストのコンサートやコンクールにおける第1選択ピアノでもあります。

市民の間で組織された「ピアノで心を育む会」が、名寄のシンボル星とピアノ、ト音記号でデザインされたオリジナルバッジを製作して寄付金を募りました。2,000万円を超える購入額は「ピアノで心を育む会」のほか、市内企業からの寄付で賄われました。



### ヤマハCF3

平成4年(1992)5月、名寄市大通北1丁目にあった名寄市民会館ステージに初めて置かれたフルコンサートグランドピアノです。それまで会館にあったピアノは、昭和41年から使われていた学校や家庭向けのもの。音楽イベントへの関心が高まってきた時代に、「コンサートにピアニストを招いても恥ずかしくないピアノを」と名寄市文化協会など、地元の音楽愛好者たちが待ち望んでいたものでした。

ヤマハが1983年から製造したCF3は、幅160cm、奥行275cmのフルコンサートサイズで重さ580kg。国際コンクールで公式ピアノとして採用される国産ピアノとして知られ、当時の価格は645万円。平成27年、名寄市民会館からEN-RAYホールへと引き継がれたこのピアノは、現在ももう1台のフルコンサートピアノとしてホールの音楽プログラムの幅を広げてくれています。

- ▶ 2月4日 土曜日 13:30開演 (13:00開場)
- ▶ 全席自由席 一般 1,500円  
高校生以下(名寄大生) 500円
- ▶ プレイガイド EN-RAYホールチケットセンター  
※当日は200円増  
※車椅子席には限りがあります  
※4歳未満入場不可

チケット  
好評  
販売中!

### EN-RAY倶楽部会員割引対象公演

- ◆会員は1枚限り販売価格から1割引(割引金額:一般200円、高校生以下100円)
- ◆購入時は会員証をご提示ください(本人以外での購入はできません)
- ◆入会には1週間ほどお時間をいただく場合があります

### 名寄大生 特別割引

- ◆名寄市立大学生はチケット購入時に学生証を提示すると、高校生以下の料金(500円)で購入できます。

# エンレイ通信

## 2/26(日) 名寄市少年少女オーケストラ 第6回定期演奏会



幅広い年代が楽しめる多様なコンサートをテーマに活動を続ける「名寄市少年少女オーケストラ」。第6回目を数える定期演奏会では、アルト歌手「松田久美」さんをゲストに、聴きなじみのある音楽で共演、その他にも「旭川市少年少女オーケストラ」や「名寄高校吹奏楽部」の賛助出演もあり、演奏会をさらに盛り上げます。

こもりがちな北国の冬の季節を、心温まる音楽でお楽しみください。

### 【ゲスト】アルト歌手／松田久美

札幌大谷短期大学音楽科声楽コース卒業、同短大専攻科、研修生Ⅱ修了。第4回東京国際声楽コンクール奨励賞受賞。2013年よりドイツ、ケルンにて研鑽を積む。数多くのオペラでタイトルロールを演じ、その他「第九」、「宗教曲」などのソリストも数多く務める。2014年にソロリサイタルを札幌コンサートホール Kitara にて開催。大谷高校音楽同窓会「ペオニア」、北海道フーガー・ヴォルフ協会、札幌室内歌劇場各会員。エルム楽器声楽講師、女声合唱団「合歓」指揮者。



### 【名寄市少年少女オーケストラ】団長／佐藤 勝

平成28年度開催された公民館主催「ヴァイオリン体験講座」の参加者を母体に同年8月7日に設立。園児から中学生、保護者ら約20名が在籍している。日本最北のオーケストラとして、その活動は注目され、これまでに生涯学習フェスティバル、ふうれん街なか音楽祭、アスパラ祭り、名寄ライオンズクラブ55周年式典、イオン名寄SC、全道市長会レセプション、しらかばハイツでの慰問演奏などに出演。熊本ユースオーケストラとの熊本地震復興祈念コンサートや全道少年少女オーケストラフェスティバルでも中心的な役割を果たし、多岐な活動で青少年の育成と地域の音楽文化振興に活躍している。また平成29年、30年5月には東南アジア・ラオス（ビエンチャン市）での国際音楽交流事業や平成31年3月ウィーン・ハンガリーへの演奏旅行にも団員が参加した。

### 【常任指揮者】助乗慎一

旭川市出身。北海道教育大学旭川校芸術文化課程音楽コース卒業。同大学院教育学研究科教科教育専攻音楽教育専修修了。これまでに、ホルンを島方晴康、小沢千尋、伊藤恒男の各氏に師事。また室内楽を森田寛、千葉圭説の両氏に師事。道内各地で音楽科の教員として6年間勤務の後、NPOなどでまちづくりに従事。2013年とさんこ青少年オーケストラ協会を設立し、道内5か所約200名の生徒を指導している。また、ヨーロッパやアジアへの指導や各国の子ども達や指導者たちと交流を続けている。現在、一般社団法人とさんこ青少年オーケストラ協会代表理事・音楽監督、NPO法人日本少年少女オーケストラ協会理事（北海道・東北支部長）、NPO法人えべつ楽友協会理事、北海道農林管弦楽団事務局長。学校法人旭川大学旭川高等学校芸術科（音楽）講師、日本アートマネージメント学会会員。



### 【演奏曲目】

- 第1部/おもちゃの交響曲、ビゼー カルメン行進曲、ハバネラ（アルトとの共演）花は咲く（アルトとの共演）ほか
- 第2部/アンパンマンのマーチ、ホール・ニュー・ワールド ばらのつぼみほか

チケット  
1月中旬  
販売予定!

- ▶ 2月26日 日曜日 14:00開演（13:30開場）
- ▶ 全席自由席 一般 1,500円  
小中高生 無料（要整理券）
- ▶ プレイガイド EN-RAYホールチケットセンター  
※未就学児も入場可能です ※当日は一般のみ200円増  
※車椅子席には限りがあります

## こんにちは！名寄市地域包括支援センターです！

今回は、名寄市立総合病院柿川早香理学療法士からです。

新年あけましておめでとうございます。  
寒さの厳しい毎日ですが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。  
今回は「心不全と運動」についてお話させていただきます。

名寄市立総合病院 心不全療養指導士  
かきかわ さやか  
柿川 早香 理学療法士



心不全の患者さんは、心臓に負担をかけないよう安静にする方が良いと思われがちですが、実は適度な運動を行うことで心不全の悪化を防ぎ長生きできると言われています。運動は、全身の血液の循環を保ち、筋肉や脳への血流を促し、筋力の維持や認知症の予防にも繋がります。運動は心不全治療の1つなのです。

### 【おすすめの運動】

#### ●道具もお金も不要！“ウォーキング”

有酸素運動の1つで、筋力や体力の維持・向上に役立ち、思い立ったその日から実践できます。  
歩くのが得意な方は、①週3～5回、②息切れなく会話しながら歩ける速さで、③1回の運動は20～60分  
を目標にするとよいでしょう。

歩くのが苦手な方は、①週3回、②楽に歩ける速さで、③10分～を目標に始めてみましょう。  
自分に合う頻度・時間からやってみて、体調に合わせて徐々に増やしていきましょう。屋外で行う場合、転倒には十分に注意してください。

#### ●家の中でできる“筋肉貯金”

心不全になると、心臓の機能低下による筋肉への血流不足や慢性炎症によって筋力が低下しやすい状態になります。

しかし、筋力はトレーニングすることで改善できます。

①1セット10～15回を、②1日2～3セット、③週3回行うことが目標です。



★つま先立ち運動

★椅子からの立ち座り運動

◎名寄市地域包括支援センターのYoutube「Let's楽トレ！」でも  
さまざまな運動をご紹介します。ぜひご覧ください！ ⇒



### 【冬場の運動 ここに注意！】

寒い季節は血管が収縮して血圧が上がり、心臓に負担がかかりやすくなります。

日中の暖かい時間帯に運動しましょう。除雪も含め屋外での活動は、防寒着などで寒暖差が大きくなり  
よう工夫し、休み休み行うことも大切です。運動前にはストレッチやラジオ体操などの準備体操を行い、  
体を温めましょう。

これからの寒い季節は、家にじっとしている時間が増え閉じこもりがちになりますが、正しい運動を行い心  
不全の悪化を防ぎましょう！

住み慣れた名寄市で安心して暮らせるよう、医療と介護が連携して皆さんを支えていきま  
す。当院では、外来での心臓リハビリテーションを行っています。運動について詳しく知  
りたい方は、医師または理学療法士にご相談ください。

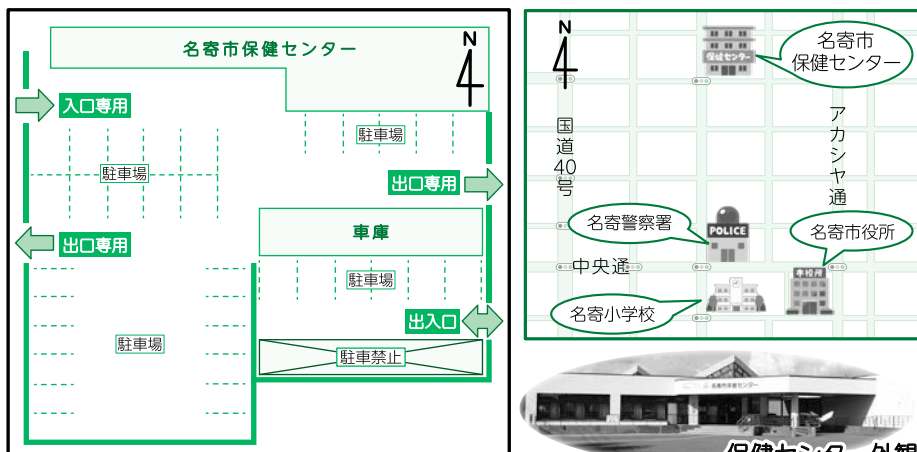
◆問い合わせ  
地域包括支援センター地域包括支援係（名寄庁舎2階）  
☎ 01654③2111（内線3260）



## オミクロン株対応2価ワクチンの接種会場が変わります

本市では、10月23日から12歳以上の方が対象の新型コロナワクチン（3・4・5回目）のオミクロン株対応2価ワクチン接種を市民文化センター、ふうれん健康センターの2カ所で行っていましたが、1月からは**保健センター（西2北5）での実施**となります。

会場をお間違えのないようにお越してください。駐車場や待ち合いスペースに限りがありますので、予約時間どおりに来所するようご協力をお願いします。（予約時間の15分以上前に来所された場合は入場できないことがあります）



保健センター外観

なお、今後の予約受付については、市の専用予約サイト（市ホームページ・名寄市LINE公式アカウント）や保健センターに電話でご予約ください。

## 冬期健康体操教室を開催します

名寄市保健推進委員協議会が主催する冬期健康体操教室を開催します。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、名寄会場のみの開催となります。

①. 日時・場所 各13時30分～14時30分

名寄会場：総合福祉センター（西1南12）	
1回目	令和5年2月1日（水）
2回目	令和5年2月8日（水）
3回目	令和5年2月15日（水）
4回目	令和5年2月22日（水）



②. 内容 リズムに合わせて健康体操を行います。

③. 講師 菊地幸子氏（健康運動指導士）

④. 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。

⑤. 定員 40人（要予約）

※感染予防対策のため参加人数を制限させていただきます。

※注意！ 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。

申し込みは、名寄市保健推進委員協議会事務局（保健センター内）まで

# 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

## 休日当番医 急患に限ります

1月1～3日 名寄市立総合病院

☎ 01654③3101

8日、9日 名寄市立総合病院

☎ 01654③3101

15日 片平外科・脳神経外科

☎ 01654③3375

22日 名寄三愛病院

☎ 01654③3911

29日 たに内科クリニック

☎ 01654③1223

2月5日 吉田病院

☎ 01654③3381



…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



乳幼児健診は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して実施しています。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電話で受け付けています。

## 西川僚隊員

地域おこし協力隊の西川僚です。秋の収穫が終わり外仕事が一段落した後は、ハウス仕事の他にセミナーやドローン講習を受けています。

11月に札幌で開催された「北海道スマート農業SUMMIT」に参加してきました。今までSNSやYouTubeなどで情報収集はしていましたが実物を見たり、メーカーの方と話をするのは初めてだったため良い機会になりました。お金をかせばいいツールは使えますが、営農するうえでお金のことは避けて通れないので任期間中にいろいろなパターンをシミュレーションしたいと思いました。農業用ドローンはとても便利ですが、機体費・維持費を考えると難しいとわかりました…。

スマート農業とは少し違いますが「マッスルスーツ」が印象的でした。機械化が進んだとはいえ、中腰作業や力仕事などがあります。作業効率アップ、けが防止にも有効な商品だと思いき、就農したら妻に使ってもらおうかなと考え中です。

問い合わせ 農務課（風連庁舎1階）

☎016555③2511（内線2319）



▶ 稲の刈り取りが終わった後の籾を乾燥しています



▶ 「北海道スマート農業SUMMIT」で着用したマッスルスーツです

# 地域おこし協力隊活動報告

名寄市地域おこし協力隊として活躍している西川僚隊員と森和季隊員に、協力隊としての活動を報告していただきました！

## 森和季隊員

こんにちは、地域おこし協力隊の森和季です。前回の活動報告からの3カ月間は、さまざまなスキルアップができた期間でした。11月12日から、2日間にわたってNEALと呼ばれる自然体験活動指導者の養成研修に行き、無事資格を取得することができました。NEALとは、Nature Experience Activity Leaderの略称であり、アウトドアフィールドで活動するための基礎など、重要なことを多く学ぶことができました。

他にもSDGsに基づいたアウトドア活動の研修や、自転車のメンテナンス研修などを受講し、多くの知識や技術を得ることができました。また11月29日には、中名寄小学校のキャリア教育学習の講師をさせていただきました。夢や現在の仕事についてお話しさせていただき、大変貴重な体験となりました。非常に驚いたのは、中名寄小学校の校長先生

お問い合わせ 産業振興課（名寄庁舎3階）  
☎016554③2111（内線3349、3350）  
NPO法人なよろ観光まちづくり協会（東1南7）  
☎016554⑨6711

が、私が小学6年生の時の担任だったことです。卒業して以来お目にかかってなかったのが、小学校時代を思い出し懐かしい気持ちになりました。



▲中名寄小学校でキャリア教育学習の講師を務めた森隊員

さて、観光協会おすすめのも季アクティビティは、スノーモービルでピヤシリ山の山頂を目指し、道中や山頂からの絶景を楽しむ「パウダースノーサファリ」です。ぜひ皆さまお越しください！

ほかにもアクティビティがありますので、次のコードまたは「なよろ アクティビティ」で検索してご覧ください。





## 11/12 地産地消フェアinなよろ 2022

市民文化センターで地産地消フェアが行われ、開始前から多くの市民で行列ができました。地産地消フェアは、名寄産の旬の野菜や地場産品を使用した加工品の販売をはじめ、牛乳・牛肉・豚肉が特別価格で限定販売されるこの時期恒例のイベント。今年は3年ぶりに、各団体の出店ブースやミルクしぼり・もちつきなどのキッズ向け体験イベントも実施。実行委員長の加藤市長から「3年ぶりに出店者を募って開催することができた。地域のパワーで名寄産農作物を盛り上げていこう」とのあいさつ。開始早々に商品が売り切れる出店ブースも見られました。



バルーンアートの配布も行われ、親子たちが長蛇の列を作りました。

## 11/23 名寄市子ども会 フットサル大会



スポーツセンターで開催、市内小中学生16チームが参加しました。小学生低学年・中学年・高学年・中学生の部の4つの部門に分かれキックオフ。W杯のような熱気につつまれました。

点数が決まるとコーチや保護者から大きな声援が飛び交いました。

## 11/13 みうら ゆい な 三浦由唯菜さん 1日警察署長



イオン名寄店で名寄高校3年生の三浦由唯菜さんが1日警察署長を務めました。三浦さんは世界Jrカーリング選手権に代表選手として出場して優勝など、目覚ましい活躍をされています。

オリジナルの夜光反射材を配布し交通安全を呼びかけました。

## 12/7 名寄高校 AIチャレンジ公開授業



名寄高校は授業研究週間と題し、保護者や学校関係者へ授業を公開、SoftBank社と連携し、探究学習でAI活用人材を育成する「AIチャレンジ」授業を実施しました。

授業の最後には、学生たちがAI活用のアイデアを発表。

## 11/26 市民ボッチャ交流大会



スポーツセンターで開催、市内外から50チーム100人を超える参加者がありました。お年寄りから小さい子まで、いろいろの投げ方でボールを投げ、みんなで楽しくプレーしていました。

狙い通りの位置に止まると仲間も相手もたたえ合っていました。

# 輝け！新春なよろ もちつき大会 & もち米文化祭

## もちつき大会概要

3年ぶりに開催されるもちつき大会はイベントも盛りだくさん！

と き 1月14日(土) 9時45分～  
と ころ 市民文化センター(西13南4)

9時45分～ 開会式あいさつ／北海道米アンバサダー紹介／もち米文化祭入賞作品表彰式／名寄小学校3年生作成の「もち米」PR動画発表

10時～ 浪曲口演  
(浪曲師 玉川太福さん／曲師 玉川鈴さん)

10時40分～ もち米魅力アップ講演会  
粕谷浩子さん 演題「お雑煮ワールドにハマれ！」

11時30分～ 輝け！新春なよろもちつき大会

12時10分～ ご来場お楽しみ抽選会

## もち米文化祭概要

「もち」や「もち米」を題材とした絵画や絵手紙、ちぎり絵、書道の応募作品や、「おもちを食べていい顔フォト」、「もち米川柳」の入賞作品を展示！

と き 1月14日(土)～15日(日)18時まで  
と ころ 市民文化センター(西13南4)

主 催 名寄市食のモデル地域実行協議会

問い合わせ 経済部農務課(風連庁舎1階)  
☎01655③2511(内線2312)



詳細については、市HP  
または右のコードから  
ご確認ください。



## 2023年12月発行予定の なよろ冬カレンダーに 掲載する写真を 募集します！

ひとり  
2点まで

申込期限  
3月31日(金)



### テーマ

名寄の冬(冬の生活や活動・人・動物・景色など)

### 応募規格

【写真】横長・10MB以下でJPEG形式

### 応募方法

①パソコンまたはスマートフォンによる応募の場合  
ホームページまたは次の応募フォームにアクセスし、必要事項を回答のうえ応募してください。

▼ホームページ・応募用紙はこちら

▼応募フォーム



②持参または郵送による応募の場合

応募用紙と応募作品をCDやUSBなどの記録媒体に記録したものを事務局まで持参または郵送してください。

※記録媒体を提出いただいた場合、返却できませんのでご了承ください。

※応募いただいた写真は、他の利雪親雪推進事業で使用する場合があります。ご理解いただきますようお願いいたします。

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  
総合政策部総合政策課内(名寄庁舎3階) ☎01654③2111(内線3311)



# なよろの除雪 (No.74)

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)

✉ny-kanri1@city.nayoro.lg.jp



名寄市にある道路は、国が管理する「**国道**」、北海道が管理する「**道道**」、市で管理する「**市道**」などに分かれます。今回は**国道、道道の除排雪に関するお知らせ**です。

北海道開発局、北海道では、これまでも住民生活へ影響が生じないように努めて参りましたが、今後も皆さまのご協力をいただき、一層効率的な除排雪に取り組んでまいります。

## ●除雪・排雪等に関する出勤基準および注意事項の概要 (①～③)

- ①車道、歩道の新雪除雪は、降雪量がおおむね10cmを超えた場合に出勤します。
- ②運搬排雪は、車道横の雪山が高く見通しが悪く、堆雪の余裕がない場合など、時期や積雪状況を考慮しながら実施します。
- ③凍結防止剤などの散布は気象や路面状況を踏まえ、交差点や急勾配部などの区間について実施します。

その他詳細については右のコードからHPなどをご覧ください。

北海道開発局「北海道地区  
▼道路情報」はこちらから

北海道HPは  
▼こちらから

### ○国道除雪に関する連絡先

北海道開発局旭川開発建設部土別道路事務所

☎0165-23-3146

### ○道道除雪に関する連絡先

旭川建設管理部美深出張所 (旧風連町を除く名寄市)

☎01656②1081

旭川建設管理部土別出張所 (旧風連町管内)

☎0165-23-2191



## 旧名寄市清掃センター解体工事の進捗状況などをお知らせします

名寄地区衛生施設事務組合において、令和4年5月24日から令和5年7月31日までの工期で実施している旧名寄市清掃センターの解体工事について、令和4年中に終了した主な工事についてお知らせいたします。

### ◆事前準備・仮囲い・管理区域密閉化

- ・工事に必要な機材などの準備を行い、工事箇所の周囲に仮囲いを設置しました。
- ・ダイオキシン類の飛散防止のため、管理区域を定め、負圧・密閉養生しました。

### ◆ダイオキシン類除去

- ・施設内に残留している灰を回収し、高圧水によるダイオキシン類の除染を行いました。
- ・除染中、除染後の管理区域内の空気中のダイオキシン類濃度を測定し、基準値以下であることを確認しました。



▲機器類のダイオキシン類除去作業のようす

### ◆アスベスト除去

- ・外壁南・東面の仕上塗材を除去しました。
- ・作業中、作業後の敷地周辺の大気中のアスベスト濃度を測定し、基準値以下であることを確認しました。
- ・除去したアスベスト含有物などを産廃処分場へ搬出しました。



▲アスベスト除去前の湿潤作業のようす

### ◆設備機器など解体

### ◆管理区域解放

- ・除染・機器除去後の管理区域内環境測定結果(基準値以下)を確認し、管理区域を解放しました。

### ◆煙突解体

- ・重機での解体ができる高さになるまで、人力施工による解体を行いました。(15m程度分)

現在は冬季休工しております。融雪後は外壁仕上塗材の除去や重機による煙突の解体、建屋の解体などの作業を進めます。引き続き、周辺環境を含めた安全を確保した工事を進めてまいります。なお解体工事進捗状況については、名寄地区衛生施設事務組合のHPで公開しています。



▲名寄地区衛生施設事務組合のHPはこちらから

問い合わせ 市民部環境生活課 (名寄庁舎1階) ☎01654③2111 (内線3120)

# 国税庁をかたるSMSで カード情報を入力し、 4万円の請求が!

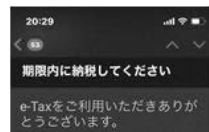
## 名寄市 消費生活センター通信

問い合わせ 消費生活センター ☎01654②3575



事例

9月、国税庁からスマホに「未払い税金のお知らせ」「差押最終通知」とSMS（ショートメッセージ）が届いた。URLをクリックして、クレジットカード番号を入力した。翌日、怪しいメールだったと気づき、税務署に事実確認をすると、偽のSMSだと判明した。先日、見知らぬ企業からe-Taxとして4万円決済された。カード会社に連絡すると消費生活センターに相談してと言われた。（40代女性）



- ◆アマゾンや国税庁などの実在する組織をかたり、パスワードやアカウントID、暗証番号、クレジットカード番号などの情報を盗み取るフィッシングの手口が多く発生しています。
- ◆メールに書かれたURLには安易にアクセスせず、事業者の正規のホームページでフィッシングに関する情報がないか確認しましょう。日ごろから公式アプリやブックマークした事業者のサイトにアクセスすることを習慣にしましょう。
- ◆メールのURLにアクセスし、個人の情報を入力してしまうと、クレジットカードや個人情報を不正利用される恐れがあります。もし、アクセスしてしまっても、個人情報は絶対に入力してはいけません。
- ◆カード番号を入力した場合は直ちに、カード会社にカード番号変更の相談をしてください。



アドバイ  
ス

困ったときは、消費生活センターに相談してください。

# 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、市民の皆さまがいつそう手話に親しめるよう、日常で使われることが多い手話を定期的に紹介します。

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

## その71「温泉」

1

風呂



右手の人差し指・中指・薬指を立てて指文字の【ゆ】をつくり、左手で右手の3本指を横から握ります。  
(♯マークをイメージしてください)

2

入浴



右手をグーにして左肩をごしごし洗う仕草をします。

1風呂+2入浴=温泉 となります。



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。



# 男女共同参画セミナーを 開催します



今回の男女共同参画セミナーのテーマは「持続可能なまちづくりの合言葉『ジェンダー平等』」です。ジェンダー平等とは、一人一人の人間が性別に関わらず、平等にあらゆる物事を一緒に決められることです。

これを機会にまちづくりとジェンダーについて考えてみませんか？

## 菅原 亜都子氏 プロフィール

1979年生まれ。札幌育ち。2003年北大教育学部卒。同年、公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会に就職、6月に札幌市男女共同参画センター配属となり、2022年現在まで18年に渡り、ジェンダー平等の仕事に関わっている。

- と き 令和5年1月21日(土) 13時30分～16時30分(開場13時)
- と ころ 駅前交流プラザ「よろーな」(東1南7)
- 内 容 講演会「持続可能なまちづくりの合言葉『ジェンダー平等』」  
および講師を交えて意見交換
- 講 師 菅原 亜都子氏(札幌市男女共同参画センター職員)
- 定 員 講演会50人、意見交換会15人(ともに先着順)
- 申込方法 右のコード(応募フォーム)または電話で申し込みください  
託児希望の方はお知らせください(対象1歳以上、先着10人)
- 申込期限 令和5年1月17日(火)まで
- 主 催 名寄市/名寄市男女共同参画推進委員会



◀こちらの応募  
フォームからも  
申し込みできます

## 問い合わせ・申し込み先

環境生活課男女共同参画担当(名寄庁舎1階)

☎01654③2111(内線3126)



この事業は、公益財団法人北海道市町村振興協会(サマーチャンボ宝くじの収益金)の助成を受けて実施しております。

問い合わせ

環境生活課環境・生活安全係

☎01654③2111

(内線3122)

- 温水洗浄便座
  - 外出・就寝時は節電モードを使用する
  - 使わないときはフタを閉める
- 暖房器具
  - 室温は20度を目安に
  - フィルターを清掃する
- テレビ
  - こまめに消す
  - 画面を明るくしすぎない
- 冷蔵庫
  - 冬場は設定温度を「強」から「中」や「弱」にする
  - ものを詰め込みすぎない
- 照明
  - こまめに消灯する
  - LEDに交換する

家庭でできる省エネ術!

# 冬季節電! いますぐできる 家庭での省エネ

- 温水洗浄便座
  - 年間およそ1206円の節約
  - ※使わないときにフタを閉めた場合
- 冷蔵庫
  - 年間およそ1632円の節約
  - ※ものを満杯に詰め込んだ状態から半分にした場合
- エアコン
  - 年間およそ1188円の節約
  - ※フィルターを月に1~2回清掃で

省エネは家計にも優しい!

地球温暖化が進むと病気や飢餓の拡大、異常気象など、私たちの生活に重大な悪影響を及ぼす可能性があります。地球温暖化防止を実現するには、私たち一人一人が省エネに取り組む必要があります。毎日コツコツとできることから無理のない範囲で始めてみませんか。

# 令和4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

忘れない 君がくれた あの言葉 名寄東小学校6年

いりお はづき  
入生 葉月

### ◆中学校の部

一歩ずつ 踏みだすことに 意味がある 名寄中学校3年

いづみ あきと  
泉 陽翔

### ◆高等学校の部

はげましと そばにいることの 安心感 名寄産業高等学校1年

たにくち まほ  
谷口 愛歩



▲12月1日に行われた青少年健全育成標語表彰式の様子

## 優秀賞

### ◆小学校の部

いじわると 感じたならば 相談だ  
名寄小学校4年

つちだ かなと  
土田 叶翔

友情は 見た目できめない 心だよ  
名寄南小学校5年

しみず こはる  
清水 心晴

キャラ作り 素直でいいよ 無理しない  
名寄西小学校6年

いしやま ゆの  
石山 夢乃

わらおうよ みんなの笑顔 大切に  
中名寄小学校5年

ありた ひかり  
有田 ひかり

あいさつで みんなの笑顔 咲かせよう  
智恵文小学校5年

わしだ れんと  
鷺田 蓮仁

明るくて 元気な子ども まち救う  
風連中央小学校6年

はまだ こうすけ  
濱田 航佑

### ◆中学校の部

笑顔咲く 幸せの種 「ありがとう」  
名寄東中学校2年

せの しおり  
瀬野 菜里

### ◆高等学校の部

おはようは 画面じゃなくて 顔を見て  
名寄高等学校1年

たかはし  
高橋 ほか

## ■問い合わせ

青少年センター ☎01654③3465

## COLUMN\*

VOL.62

# なよろっぽい家づくりの会



## 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。

私ども「なよろっぽい家づくりの会」は、2002年(平成14年)に市内にある任意の建築会社・工務店が集まり「非営利の会」として発足いたしました。

名寄地方の冬は、極寒の地で大雪にも見舞われ、夏は猛暑にもなる厳しい自然環境の地域です。そのような中、なよろっぽい家づくりの会の目標として次の2点を掲げています。

- ①市内の建築会社・工務店による「快適に過ごせる住まい」を広く普及すること。
- ②この地域の新築やリフォーム工事を、市内の会社がより請け負っていくことに尽力し、名寄市の経済発展の一助を担うこと。

毎年、市内ではおおよそ50戸の新築工事が行われています。新築においては、建築主様のご希望や生活の基本を第一として考え、取り入れたいインテリア・デザインなどにおいても、今まで手掛けた実績などをアドバイスさせてもらい、ご納得いただけるまでたっ

ぷりと時間をかけて検討・設計並びに建築を行っております。まずはご相談ください。

また、建築後の「アフターケア」はとても重要です。私たちは、地元業者の強みでもある、迅速丁寧かつ長く満足していただけるアフターケアに努めております。新築やリフォーム工事、その他の「住まい」に関する事は、ぜひ、なよろっぽい家づくりの会や市内の建築会社・工務店にご相談ください。お役に立てるよう、お待ち申し上げます。

今年度も、本誌面で市民の皆さまへ住宅に関するさまざまな情報をお知らせして参りますので、引き続きよろしくお願い申し上げます。

令和5年1月1日

なよろっぽい家づくりの会

会長 松尾 薫



■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



公民館

市民文化センター(西13南4)

TEL 01654②2218

FAX 01654②2356

〒naysen@city.nayoro.jp

開館 8時～22時

休館 月末・年末年始

風連公民館(風連町本町63)

ふうれん地域交流センター内

TEL 01655③2620

FAX 01655③2321

市民文化センター

市民講座

フリザーブドフラワー  
アレンジ体験教室

◆とき 令和5年2月4日

(土) 10時～12時

◆ところ 市民文化センター

市民工芸室

◆内容 講師の見本を参考にバラを大きく咲かせ、オリジナル作品を作ります。(ケース入り)

※バラの花の色は、当日受付後に選んでいただきます。

◆講師 渡辺優子氏(フラーサークル花えん)

◆対象 市民

◆定員 先着16人

◆参加費 1300円(材料費)

◆持ち物 工作ばさみ

※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。

◆申込方法 市民文化センター窓口および電話、または次のコードから申し込みください。



◆申込期間 令和5年1月11日(水)～20日(金) 9時～17時



▶作品例(縦14・8cm×横7・3cm)

大ホール(ENIRAY)  
一斉予約受付

(令和6年2月利用分)

◆とき 令和5年1月31日

(火) 14時～15時

◆ところ 市民文化センター生涯学習課

◆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。

※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。

風連公民館

新春書初め・墨絵詩書講座

気持ち新たに伝統文化である書道で、新しい年への思いを表現してみませんか。

◆とき 令和5年1月15日(日) 13時～15時

◆ところ ふうれん地域交流センター 2階大ホール

◆講師 小林白炎氏(墨絵詩書家)

◆参加費 無料

◆持ち物 マスク・習字道具・半紙・新聞紙・雑巾・ゴミ袋

◆申込方法 風連公民館窓口または電話、FAXで申し込み

※当日参加も可

◆申込期限 令和5年1月13日(金)まで

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

※放課後児童館の利用時間は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 令和5年1月28日

(土) 13時30分～15時

◆ところ 児童センター

◆対象 市内小学生、幼児 ※幼児は保護者同伴願います

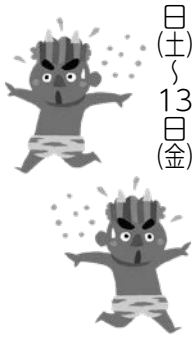
◆定員 小学生20人、幼児5人

◆参加費 無料

◆持ち物 上靴・かばん・マスク・水筒またはマイコップ・手袋(指を動かしやすいもの、ゲームで使用します)

◆申込方法 なよろっこ1月号に掲載の申込用紙を記入し、児童センター窓口に提出。電話申し込みも可。

◆申込期間 令和5年1月7日(土)～13日(金)



博物館

北国博物館(緑丘222)

◆FAX 01654③2575

〒ny.kitahaku@city.nayoro.jp

開館 9時～17時

休館 月・年末年始

風連歴史民俗資料館

休館 12月1日～3月31日 (風連町南町85)

北国博物館利用案内

◆観覧料 一般・学生220

円、65歳以上110円、団体(10人以上) 152円、高校生以下無料

特別展(無料)

◆第47回特別展

「厳冬のきらめき

「雪と氷が織りなす世界」

名寄の冬の象徴ともされる「サンピラー」や「ダイヤモンドダスト」。この厳しい冬の寒さの中で見ることで、神秘的な現象を写真とパネルでご紹介します。今年の冬は空を見上げて雪氷の織りなす景色を見てみませんか。

◆とき 開催中(令和5年2月7日(火))

◆ところ 北国博物館ギャラリーホール



▲特別展のようす

※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。

◆関連講座

「冬の理科実験教室」

冬に見られる自然現象「ダイヤモンドダスト」の再現実験や、氷の結晶観察などを行います。

◇とき 令和5年1月14日(土) 10時～12時

◇ところ 北国博物館講堂

◇講師 福岡孝氏(元島根県立三瓶自然館学芸員)

◇定員 20人(小学生3年生以下は保護者同伴)

◇参加費 無料

◇申し込み 電話またはメールで申し込みください。

◆ミニ企画展(無料)

◆シマエナガ

名寄市とその近郊で撮影した写真とクイズを交えながら生態について紹介します。いろいろな姿をご覧いただけるよう、写真は随時入れ替え予定です。また、不定期の野鳥観察会を開催します。日程については随時ツイッターでお知らせします。



▲名寄市北国博物館のツイッターはこちら

◇とき 開催中～令和5年2月7日(火)

◇ところ 北国博物館ラウンジ



◆体験講座

「草木染体験講座「自然の色で染めてみよう」

身近な植物からいろいろな色が得られます。毛糸を染めて持ち帰り、暮らしに取り入れてみましょう。

◇とき 令和5年1月28日(土) 9時～12時

◇ところ 北国博物館

◇内容 博物館周辺の身近な植物(サクラ・イチヨウ・木の実)で染め、合間に草木染糸でクラフトをします。

◇定員 先着15人(小学生3年生以下は保護者同伴)

◇参加費 400円(糸・保険料)

◇持ち物 エプロン、ゴム手袋

◇申込方法 北国博物館窓口、電話またはメールで申し込みください。

※キャンセルする場合は、令和5年1月26日(木)までにご連絡ください。

◇申込期限 令和5年1月20日(金)まで

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・月末・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・月末・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

・めつちやうさぎ!

・学びのすすめ

・2023年大河ドラマ

「ぶつする家康」

お正月企画「ほんの福袋 & 図書館おみくじ」

◇とき 令和5年1月5日(木)～15日(日)

◇内容 福袋とおみくじ形

冬休み企画

「1日司書体験」

式でおすすの本を紹介

◇とき 令和5年1月10日(火) 9時30分から3回にわけて

◇対象 市内小学生

◇定員 10人

◇申し込み 電話または図書館窓口で申し込みください。

土曜ビブリオトーク

◇とき 令和5年1月14日(土) 13時

◇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)

◇対象 誰でも参加可

◇持ち物 お気に入りの本1冊

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】

13日(金) J R風連駅前 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。

本の読み聞かせなど

◆金曜おはなしクラブ(金曜日)

◇とき 令和5年1月13日、20日、27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 令和5年1月19日 10時30分

◇対象 3歳未満児・保護者

1月の休館日

1日(日)～4日(水)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)、31日(火)

風連分室

ミニ展示コーナー

・うさぎのおはなし

本の読み聞かせなど

◆おはなしタイム(木曜日)

◇とき 令和5年1月19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 令和5年1月24日 11時20分

◇ところ 子育て支援センター

ターコグま

◇対象 3歳未満児・保護者

1月の休館日

1日(日)～4日(水)、8日(日)、9日(月)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、31日(火)

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)

〒016554②5683

〒016554③2133

〒016554④5683

〒016554⑤5683

〒016554⑥5683

〒016554⑦5683

〒016554⑧5683

〒016554⑨5683

〒016554⑩5683

〒016554⑪5683

〒016554⑫5683

〒016554⑬5683

〒016554⑭5683

〒016554⑮5683

〒016554⑯5683

〒016554⑰5683

〒016554⑱5683

〒016554⑲5683

〒016554⑳5683

〒016554㉑5683

〒016554㉒5683

〒016554㉓5683

〒016554㉔5683

〒016554㉕5683

〒016554㉖5683

〒016554㉗5683

〒016554㉘5683

〒016554㉙5683

〒016554㉚5683

〒016554㉛5683

〒016554㉜5683

〒016554㉝5683



こちらのコードから友だち登録できます

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、事前予約をお願いいたします。

身体測定

身長・体重を測り、手形足形を押しましょう。

◆とき 令和5年1月11日(水)〜13日(金)

◆ところ ひまわりらんど

◆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。

◆申込期限 1月10日(火)まで

◆定員 先着40人

◆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。

◆とき 令和5年1月20日(金)、23日(月)、24日(火)

◆ところ ひまわりらんど

◆定員 先着40人

◆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。

◆とき 令和5年2月7日

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 親子15組

◆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。

◆とき 令和5年1月16日(月)から

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

で遊びましょう。

◆とき 令和5年1月28日(土) 10時〜11時30分

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 親子15組

◆名寄市以外にお住まいの方は利用できません。

◆幼稚園・保育所に在籍されている方も利用できます。

◆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。

◆申込期限 令和5年1月27日(金)まで

◆備考 2月の「模擬保育室で遊ぶ」は大学側の都合でお休みとなります。ご了承ください。

◆準備 2月の「模擬保育室で遊ぶ」は大学側の都合でお休みとなります。ご了承ください。

◆申込期限 令和5年2月7日

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 親子15組

◆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。

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から



▲前回の「模擬保育室で遊ぶ」の様子

栄養相談

お子さまの離乳食・食事・おやつなど栄養に関する事を気軽に相談下さい。

◆とき 令和5年2月7日

◆ところ 名寄市立大学 模擬保育室

◆定員 親子15組

◆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。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

(火)①9時〜10時15分②10時45分〜12時③13時30分〜14時30分④15時〜16時

◆ところ ひまわりらんど

◆講師 和田祐佳氏(市立保育所管理栄養士)

◆定員 各回親子4組

◆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。

◆申込期限 令和5年1月16日(月)から

◆雪遊び会 親子で雪中運動会を楽しみましょう。

◆申込開始 令和5年1月16日(月)から

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

日(月)〜2月3日(金) ※天候により中止になる場合があります。ご了承ください。

こぐま

新型コロナウイルス感染症防止対策のため、事前予約をお願いいたします。

節分製作

親子で節分の製作をします。

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

◆定員 先着親子6組

◆申込方法 こぐまへ直接または電話で申し込みください。

◆申込開始 令和5年1月12日(木)から

◆とき 令和5年2月2日(木) 11時

◆ところ 認定こども園風連幼稚園 保育園舎内

※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。

## 天文台

なよろ市立天文台「きたすばる」  
(日進157-1道立サンプレイ  
パーク星見の丘)  
01654②3659  
FAX 01654②0267  
〒977-0101 日進市立天文台「きたすばる」  
〒977-0101 日進市立天文台「きたすばる」

HP <https://www.nayoro-star.jp>  
開館 13時～20時  
(19時30分までに入館)  
※冬期の開館時間です  
休館 月・祝日の翌日・年末年始  
最終火

### 利用案内

◆休館日 1日(日)～3日(火)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)、31日(火)  
◆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

では、天文台Webページで公開しています。



▲Webページはこちらからアクセスできます

### ◆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	スペースコロニー	ゆるり星空めぐり
15:00 (★特別投影)	宇宙のエネルギー	宇宙のエネルギー
16:00	月をめざして	月をめざして
18:00	スペースコロニー	スペースコロニー
19:00	月をめざして	月をめざして

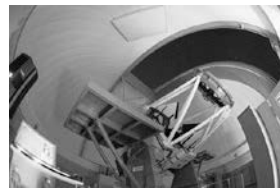
※冬期の開館時間(20時閉館)のため、最終の回は19時です。

### ★特別投影 令和5年1月4日(水)から15日(日)まで(名寄市内の小中学校の冬休み期間)は毎日投影します(ただし、10日(火)の休館日を除く)。1月21日(土)から2月

26日(日)までは土日祝日に投影します。

◆天体観望  
◆月面が見える日 4日(水)～8日(日)、25日(水)～29日(日)  
◆今月見える惑星 金星、火星、木星、天王星

### ◆1.6メートルピリカ望遠鏡 見学・観望



▲ピリカ望遠鏡 (北海道大学所有)

### ◆見学のみの 4日(水)～29日(日)

※休館日を除く

### ◆天気が良ければ星が見える日

6日(金)～8日(日)、13日(金)～15日(日)、20日(金)～22日(日)、27日(金)～29日(日)  
22日(日)まで: 16時30分～20時  
27日(金)から: 17時～20時

### テンモンカフェ(市民講演会) 宇宙天文ゆるくる年

### 2022→2023

くる年編「天文台長 おすすめ 2023年の注目天文現象」

2023年における注目の

天文現象についてお話しします。お菓子のおみやげ付きです。

### ◆とき 令和5年1月22日(日) 14時～15時

### ◆ところ ふうれん地域交流センター「風っ子ホール」(2階中会議室)

### ◆参加費 無料

### ◆申し込み 事前申込必須

※「テンモンカフェ(市民講演会)」については、電話にてご予約ください。



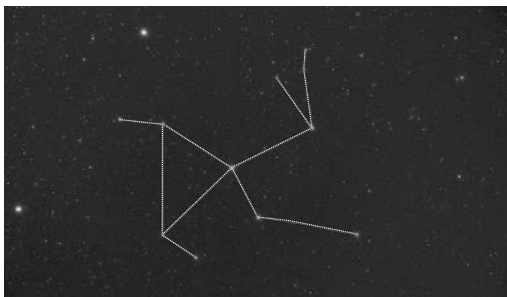
ピリカ望遠鏡は急ぎよ、必要な観測が生じた場合は、見学・観望ができないことがあります。ご了承ください。詳しくは天文台まで問い合わせください。

### 名寄市での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	12:09	1:23	7日	○満月
10日	7:02	16:13	19:07	9:17	15日	●下弦
20日	6:57	16:25	5:40	13:58	22日	●新月
31日	6:48	16:40	11:32	2:40	29日	●上弦

### うさぎ座

2023年は卯年。干支(十二支)は12種類あるのは良く知られていますが、88ある星座の中には干支に割り当てられた、馴染みのある動物の星座があります。うさぎ(座)はそんな干支にも星座にもある動物のひとつです。うさぎ座は冬の星座で、有名なオリオン座のすぐ下(南)にあり、オリオンの形(鼓)を横倒しにしたように見えます。今年の観望初めに、うさぎ座を見てみませんか。



2021年12月8日撮影  
(撮影者 村上恭彦)

市民公開講座のご案内

「心理学よもやま話」

市立大学コミュニケーションイケア教育研究センターでは、次のとおり市民公開講座を開催します。

◆とき 令和5年1月29日(日) 13時30分～15時 開場13時

◆ところ 市立大学図書館大講義室(西4北8)

※オンライン配信あり

◆内容 市立大学2年の教養教育科目「心理学」のダイジェスト版です。

◆講師 社会保育学科 教授 糸田 尚史氏

◆参加費 無料

◆申込方法 次のコードを読み取り、申込フォームから入力されるか、電話、FAXでお申し込みください。



◆申込期限 令和5年1月23日(月) 12時

申・問 名寄市立大学コミュニケーションイケア教育研究センター

(西4北8)

☎01654④7661  
FAX 01654②0070

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎

タッチケアサロンのご案内

赤ちゃんとの触れ合いを通して、育児や生活の情報など気軽にお話しませんか。

◆とき 1月19日(木) 14時～15時30分

◆ところ 市立大学 5号館 小児・母性看護実習室

◆内容 タッチケア(マッサージ)、育児相談 など

◆講師 日本タッチケア協会認定指導者 市立大学看護学科 教授 加藤 千恵子、助教 渡邊 友香

◆対象 2か月～12か月までのお子さんと保護者、妊娠中の方

◆参加費 無料

◆持ち物 バスタオル、ベビーオイルやローション(使用している方)

◆申込方法 件名に「タッチケア」と入力し、メールアドレスまでご連絡ください。※返信しますので、受信可能設定をお願いします。

申・問 名寄市立大学保健福祉学部看護学科(西4北8)

☎01654②4194

✉touchcare@ayoro.ac.jp

名 名寄庁舎

弾道ミサイル落下時には

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに日本に到達する可能性があります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合には、「アラート」を活用して、テレビ、ラジオ、緊急速報メールなどにより、国から緊急情報が発信されます。

◆緊急情報が発信されたら 落ち着いて、直ちに次の行動をしてください

◇屋外にいる場合 近くの建物の中か、地下に避難する

※できれば頑丈な建物が望ましいが、近くなければ、それ以外でも構いません。

◇建物がない場合 物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る

◇屋内にいる場合 窓から離れるか、窓のない部屋に移動する



問 防災担当 3階(内線3327)

風 風連庁舎

インボイス制度

インボイス制度とは、令和5年10月1日から始まる消費税の仕入税額控除の方式です。買手は消費税の仕入税額控除のために、原則として、売手が交付するインボイスを保存する必要があります。売手がインボイスを交付する場合は、登録番号の記載が必要であり、登録番号を取得するために登録申請が必要となります。

◆登録申請 国税庁ホームページから適格請求書発行事業者の登録申請書(国内事業者用)を取得し、納税地を管轄する「インボイス登録センター」へ送付してください。

◆説明会・相談会 次のコードを読み取り、札幌国税局のホームページにてご確認ください。

◆申請期限 原則、令和5年3月31日まで

申・問 札幌国税局 (札幌市中央区大通西10)

☎011(231)5011

3階(内線3327)

名 名寄庁舎

みんなの国民年金

20歳を迎えたら、日本に住むすべての人は公的年金に加入し、加入している年金の保険料を納めることとなります。公的年金制度は、老後の生活だけでなく、病気やけがで障がいが残ったときや、一家の働き手が亡くなったときに、みんなが暮らしを支えあうという社会保険の考え方で作られた仕組みです。さらには、現在の現役世代が納めた保険料によって年金が支給される「世代と世代の支えあい」を基本に運営しています。

国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合は、保険料の納付が免除または猶予される「保険料免除・納付猶予制度」を利用ください。学生の方は、在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」もあります。本制度の申請は、市役所または年金事務所です。

申・問 市民課市民年金係 1階(内線3112)

地域住民課市民係 1階(内線2119)

名 名寄庁舎

風 風連庁舎

問 問合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

風 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)

年齢区分	1人目	2人目	3人目以降
3歳未満(一律)		15,000円	
3歳以上小学校終了前	10,000円	10,000円	15,000円
中学生(一律)		10,000円	
特例給付(一律)※1		5,000円	
特例給付以上※2		0円	

※1 受給者の所得が所得制限限度額を超えていて、中学生までの児童を養育している場合。  
 ※2 受給者の所得が所得上限限度額以上の場合、児童手当などは支給されません。

※公務員の方は勤務先での手続きとなります。

◆児童扶養手当

◇対象者 父または母がいない(行方不明・重度心身障がい者などを含む)家庭で、18歳に達した年度末(一定の障がいがある場合は20歳未満)までの児童を養育している方

◇手当額(月額)

子どもの数	全部支給	一部支給
1人目	43,070円	10,160円 ～43,060円
2人目	10,170円	5,090円 ～10,160円
3人目以降	6,100円	3,050円 ～6,090円

※一部支給は所得により金額が変動します。

◆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 5万2400円
- ②2級 3万4900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

世帯で、非課税の場合はい

部負担金のみを自己負担し残額を助成。それ以外の方は医療費の1割を自己負担し、残額を助成。

※父または母は入院・指定訪問看護のみ助成

◆その他

乳幼児等医療費助成を除く各種手当・助成制度は、所得制限などの支給条件があります。詳しい内容や申請方法などはお問い合わせください。

申・問

子ども未来課子育て支援係  
 2階(内線3241・3245)

住宅・土地統計調査

にご協力を

令和5年10月1日に全国一斉に実施する令和5年住宅・土地統計調査を円滑に行う準備事務として、統計調査指導員が市内地域を巡回し、住宅や建物の居住の状況を確認しています。当指導員は「統計調査指導員証」を身につけて巡回しておりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

総務課総務係

3階(内線3321)

水道凍結にご注意を

冷え込みが厳しい時期になると、給水管が凍結し破損することが多くなります。凍結を防ぐには、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。

なお、各家庭へ引き込まれた給水管の修繕は、自己負担です。水道管の凍結や漏水を発見したときは、修理業者に修繕を依頼しましょう。

◆修理業者

次のコードを読み取り、市ホームページの名寄市指定給水装置工事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(火)

◆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3362・3363)

自衛官等の募集

◆自衛官候補生(男子・女子)

◇応募資格 令和5年4月1日現在、18歳以上33歳未満

◇受付期限

令和5年1月16日(日)

※1月以降の試験もあります。

◇試験日

令和5年1月22日(日)、23日(月)

※希望のいずれか1日。

※試験会場は旭川です。

※コロナ感染対策により、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)  
 ☎01654②3921

ご自宅のテレビで名寄市のお知らせやイベントなどの情報を見ることができる「地デジ広報サービス」。u h b北海道文化放送(デジタル8ch)のデータ放送で、地デジ広報～市町村情報～から上川総合振興局内の名寄市を選択してください。

## JOCジュニアオリンピックカップ2023 の開催に伴う協賛金の募集について

本大会は、将来のオリンピック選手の発掘や育成を目的として開催され、全国から中高生のトップ選手が一堂に会し、競い合う大会です。

競技力の向上、青少年の育成、そして本大会の成功に向けご協賛いただける企業および団体を募集します。

### ◆大会概要

◇と き 令和5年3月10日  
(金)～令和5年3月12日(日)

◇ところ なよろ健康の森クロスカントリーコース、名寄市ピヤシリシヤンツエ

◇競技種目 クロスカントリー(クラシカル、フリー)、スペシャルジャンプ、ノルディックコンバインド

◆協賛内容 協賛企業・団体には協賛金額に応じて、今大会プログラムに広告を掲載します。

※下段の表のとおり

◆協賛内容 協賛企業・団体には協賛金額に応じて、今大会プログラムに広告を掲載します。

### 申・問

全日本ジュニアスキー選手権大会実行委員会

(総合政策部スポーツ・合宿推進課内)

〒016542218  
016542218

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎

〒016542211  
016542211

風 風連庁舎  
0165532511

### 【プログラム広告サイズ】

企業・団体名のみ	3,000円
1/3ページ	5,000円
1/2ページ	10,000円
1ページ	30,000円
1ページ(カラー)	50,000円

### 放送大学4月生募集

放送大学では、令和5年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。

放送大学は10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

### 申・問

放送大学北海道学習センター

(札幌市北区北17西8)  
〒0117366318  
0117366318

名 名寄庁舎  
016542211

風 風連庁舎  
0165532511

### 事業主は「給与支払報告書」の提出が必要です

令和4年中に給与や賃金など(専従者給与やパート、アルバイト代を含む)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5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 1月31日(火)

※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、提出時に事業主の番号確認書類と身元確認書類の提示が必要です。郵送の場合は確認書類の写しを添付してください。

◆番号確認書類

①マイナンバーカード

※身元確認もできます。

②通知カード

※氏名・住所一致時有効

◆身元確認書類

①運転免許証など顔写真入り

の身分証明書の場合は1点

②健康保険証や年金手帳など

顔写真のない身分証明書の

場合は2点

提出先・申

税務課市民税係

2階(内線3201

3203)

地域住民課総務・税務係

1階(内線2123

2125)

名寄市暖房費用

緊急支援事業について

(申請はお済みですか)

広報なよろ11月号に折り込み資料としてご案内しています。本支援金について、該当される方はお忘れなく申請願います。詳しくは次のコードを読み取り、ホームページをご覧ください。

◆申込期限 令和5年2月28日(火)

申・問

社会福祉課福祉総務係

2階(内線3221

3222)

### 広告

会議、講習会、打ち上げなどに利用してみませんか。  
会議の後は外でバーベQができるのは雪あかり館だけ!!



お問い合わせ TEL: 3-4705

指定管理業者



名寄美装工業(株)

nabiko.jp

検索

問 問い合わせ 申 申し込み 名 名寄庁舎(☎01654③2111)

公立保育所入所児を募集します

令和5年度の入所児童を募集します。

◆保育施設・定員

- ①西保育所(西6北4) 70人
  - ②南保育所(西6南9) 90人
  - ③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5年1月4日(水)～2月14日(火)

◆持参するもの 児童の属する世帯全員分のマイナンバーがわかるもの

◆その他 年度途中の入所申し込みなど受付期間外でも

風 風連庁舎(☎01655③2511)

名寄消防出初式

次の日程で出初式を執り行います。

◆とき 令和5年1月9日(月) 14時

◆ところ 【屋外式典】市民文化センター第3駐車場

【屋内式典】名寄市民文化センターエンレイホール

◆内容 機械器具点検、分列行進、消防表彰 など

◆その他 コロナ対策によりマスク着用や検温などご協力ください。

問 名寄消防署

☎01654③3319

健康づくり体操教室

◆とき 令和5年1月12日(木)、19日(木)、26日(木) 9時15分～11時00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

きよう術

◆持ち物 上靴

◆申し込み 当日会場で受付

※感染状況によっては中止となる場合もあります

名 名寄庁舎(☎01654③3245)

がん患者・家族サロン

【よりみち茶話会】

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

◆とき 令和5年1月26日(木) 14時～16時

◆ところ 市立総合病院2階和室(西7南8)

◆テーマ お薬のあれこれ？

◆内容 自分が飲んでいるこの薬、知人から聞いたあの薬、どんな効果があるのか？薬剤師さんに日頃の疑問を聞いてみましょう

申・問

市立総合病院 患者総合支援センター

☎01654③3101

年末年始の休業

市役所など公共施設の年末年始休業情報は、広報なよろ12月号の27ページをご覧ください。

次のコードを読み取り市ホームページでご確認ください。

◆秘書広報課広報推進係

◆高年齢者支援課高年齢福祉係

◆2階(内線3241)

◆3階(内線3305)

◆2階(内線3231)

広告

このふるさとが好きだから...

もっと大切にもっと綺麗に...



名寄美装工業株式会社

名寄市徳田114番地30

TEL:01654-2-3046

ホームページ <http://nabiko.jp>

従業員募集中

詳しい内容は

こちらから!



おかげさまで55周年



## 町内会に入りましょう

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。

- ◆市などからの情報の回覧  
広報の配布や町内会に送られてくる市やその他行政機関からのお知らせ、催しの情報など回覧・掲示を行っています。
- ◆加入するには  
お住まいの地域の町内会に連絡するか、右のコードを読み取り町内会連合会の申込フォームから加入申込をします。



申・問 町内会連合会事務局（総合政策課総合政策係） 名 3階（内線3311）

## 夜間窓口

- ◆とき 令和5年  
1月25日（水）  
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。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。

### ◆ゆずります

- ①女性用事務作業上着（11号6枚・7号2枚）未使用 グレー
- ②小型犬用歩行者（後ろ足不自由）
- ③アップライトピアノ黒（イス付）
- ④競技用スキー（スケーティング用）
- ⑤キーボード（CDプレーヤー付）
- ⑥ストーブガード ⑦ガラスマグ5個
- ⑧エプソンプリンターインク（IC4CL32 4色）
- ⑨レッグマジックサークル
- ⑩エプソンプリンターインク（IC6CL32 6色）

### ◆ゆずってください

- ①レコード
- ②業務用ソリ（大・中・小）
- ③ワープロ（TOSHIBAルポ）
- ④大きい万力・ウエス（タオル）
- ⑤ルーター工具 ⑥日と杵
- ⑦ぶら下がりが健康器
- ⑧敷布団（ダブルサイズ）
- ⑨掛け布団（ダブルサイズ）

問 名寄消費者協会 01654③5630

※不在の場合、留守番電話にお名前と電話番号を録音してください。確認次第、返信いたします。

## 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 令和5年1月8日（日） 11:00～  
令和5年2月5日（日） 11:00～

※無料法律相談は、相談日の2日前（祝日を除く）昼12時まで予約してください。

### ◆年金事務相談

とき 令和5年1月19日（木）10:30～15:30

ところ 名寄商工会議所  
（駅前交流プラザ「よろーな」）

※完全予約制（0166-72-5004）

### ◆人権相談

とき 月～金曜日 8:30～16:30

ところ 旭川地方法務局名寄支局  
01654②2349

### ◆生活相談支援センター

とき 月～金曜日 9:00～17:00

ところ 社会福祉協議会  
（総合福祉センター内）

01654③9862

### ◆心配ごと相談

とき 月～金曜日 10:00～17:00

ところ 西條名寄店1階ここほっと  
01654②3968

### ④行政相談

とき 月～金曜日 9:15～16:00

### ⑤結婚相談

とき 第1金曜日 17:30～19:00

その他の金曜日（祝日除く）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 01654②3575

①～⑤共通 01654③2111（内線3616）

### ◆障がい者差別についての相談

とき 月～金曜日 8:45～17:30

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

### ◆公証相談

とき 日～土曜日 9:00～17:00

ところ 名寄公証役場（西1南9）  
※完全予約制（01654③3131）

### ◆教育相談

とき 月～金曜日 9:00～17:00

ところ ハートダイヤル  
児童センター  
01654③1000  
0120-874-746（フリーダイヤル）

### ◆DV相談

とき 月、水～金曜日 8:45～17:00

ところ 名寄庁舎2階こども未来課  
01654③2111（内線3229）

◆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）

○市本 豊幸組合長  
（市本 豊幸組合長）

○名寄市もち米生産組合

ご寄附  
ありがとうございました  
（順不同・敬称略）

## 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など
- ◆日時 平日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 名寄・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  
※個人的な相談・意見、書面による要望の提出、または懇談にふさわしくないと判断される場合は、お断りさせていただきます。

申・問 秘書広報課秘書係  
名 3階（内線3304）

# 1月市民カレンダー

# January

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1 元日 年末年始 休日12月29日～1月3日まで あけましておめでとうございます 	2 振替休日	3	4 ★特別展「厳冬のさらめき」(2月7日まで) 北 ★企画展「シマエナガ」(2月7日まで) 北	5 ★お正月企画「ほんの福袋&図書館おみくじ」(15日まで 名寄図書館本館)	6	7 ダウンロードはこちらから  <b>マチイロ</b> 広報なよろがアプリで読める
8 ★無料法律相談 11:00 ※完全予約制 小 ★令和5年名寄市二十歳を祝う会 受付14:00、式典15:00 文	9 成人の日 ★名寄消防出初式 14:00～ 文	10 名寄もち米の日 ★一日司書体験 9:30～(名寄図書館本館) 	11 ★身体測定 (ひまわりらんど)	12 ★新春子ども書き初め広場 10:00～ 文 ★運転免許更新講習会 優良13:00 一般14:00 小 ★保護者のつどいの会 19:00～20:00 児 ★身体測定 (ひまわりらんど)	13 ★身体測定 (ひまわりらんど)	14 ★卓球教室 10:00～11:30 児 ★本の読み聞かせ 13:30 児 ★特別展関連企画「冬の理科実験教室」 10:00～12:00 北 ★ピピリオートーク 13:00～(名寄図書館本館)
15 ★新春書初め・墨絵詩書講座 13:00～15:00 小	16 ★運転免許更新講習会 優良18:00 違反19:00 小	17	18	19 食育の日 ★運転免許更新講習会 初回14:00 一般17:30 小 ★タッチケアサロン 14:00～15:30 (大学5号館小児・母性看護実習室) 	20 ★ベビー・キッズクラブ ラフト (ひまわりらんど)	21 ★本の読み聞かせと工作 13:30～ 児 ★認知症カフェ 10:00～11:00 (デイサービスセンターあうん2号館) ★マイナンバーカード 休日窓口 9:30～12:30 市役所名寄庁舎1階市民課
22 ★テンモン・カフェ 14:00～15:00 小	23 ★ベビー・キッズクラブ ラフト (ひまわりらんど)	24 ★ベビー・キッズクラブ ラフト (ひまわりらんど)	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 ★マイナンバーカード 夜間窓口 17:30～19:30 市役所名寄庁舎1階市民課	26 ★よしみち茶話会 14:00～16:00 (市立総合病院2階和室)	27	28 ★まめまき 13:30～15:00 児 ★草木染体験講座 9:00～12:00 北 ★模擬保育室で遊ぼう 10:00～11:30 (市立大学模擬保育室) ★マイナンバーカード 休日窓口 9:30～12:30 市役所名寄庁舎1階市民課
29 ★市民公開講座 ～心理学よもやま話～ 13:30～15:00 (大学図書館大講義室)	30	31 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6年2月利用分) 14:00～15:00 文	2月の予定 ★2/2 節分制作 (認定こども園風連幼稚園) ★2/4 アリザードフラワーアレンジ体験教室 文 ★2/16 ひなまつり制作 (認定こども園風連幼稚園)		風連陶芸センター陶芸教室 ◆とき 1/12(木)、26(木) ① 9:00～12:00 詳しくは ② 13:00～16:00 お問い合わせください ③ 18:00～21:00 ※各15人まで ◆費用 粘土代1kg200円 要予約 ◆持ち物 エプロン・上靴など ◆申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743	

☒ …市民文化センター ☒ …スポーツセンター 北 …北国博物館 児 …児童センター 因 …天文台 因 …駅前交流プラザ「よろーな」 福 …総合福祉センター ☒ …ピヤシリシャンツェ ☒ …ピヤシリスキー場 健 …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4年11月末日現在

◆人口  
全体 26,085人(-53)  
男 12,683人(-24)  
女 13,402人(-29)  
内外国人住民登録者 80人(-22)

出生 11人(-2)  
死亡 30人(-7)

◆世帯数  
全体 14,209世帯(-11)  
※( )は前月末比

## 広報なよろ

令和5年1月1日発行 第202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](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

広報誌は保存しておきましょう