



名寄市公式フェイスブック
を開設しました

広報

なよろ

3月号



March, 2013 No.84



特集・主な内容

- 暮らしの安心 国民健康保険 2 - 3
- 駅前交流プラザ「よーな」がオープン 4
- パブリック・コメント 5
- 全国でも好評!! なよろ煮込みジンギスカン 6
- なよろ煮込みジンギスカンストーリー 7
- 名寄市公売会を開催します 8 - 9
- 大学の窓から～知への誘い～ 10

平成25年度から国民健康保険税率が改定になります

暮らしの安心

国民健康保険

国民健康保険は、病気やけがをしたときに、安心してお医者さんにかかることができるように、お金を出し合って備える、加入者が相互に支えあう制度です。

名寄市国民健康保険では、加入者の減少と同時に、医療費の増加が続いたことで財源が不足し、財政運営が危機的な状況になりました。このため、平成20年度以来5年ぶりに国民健康保険税率を改定することになりました。

本市としても、医療費を下げるための取り組みを進めますが、加入者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

【税率改定の目的】

・後期高齢者支援金分と介護納付金部分の支出超過の解消

【税率改定の内容】 ※下表のとおりです。

- ・後期支援分と介護分の均等割・平等割を引き上げ
 - ・医療分の所得割・資産割を引き下げて、均等割を引き上げ
- 国民健康保険税は、均等割＋平等割＋所得割＋資産割の合計額になります。それぞれ、医療分、後期支援分、介護分の3区分に分けて計算します。

【保険税の軽減制度】

構造的に低所得者の多い国保では、所得の区分に応じて、均等割と平等割が7割・5割・2割の割合で軽減されることになっていきます。

区 分		平成24年度	平成25年度	改定差額
医療分 医療費の支払いに充てる分	均等割税額	20,000円	21,000円	1,000円
	平等割税額	18,000円	18,000円	0円
	所得割税率	7.50%	7.40%	▲ 0.10%
	資産割税率	22.00%	20.00%	▲ 2.00%
	課税限度額	510,000円	510,000円	0円
後期支援分 後期高齢者医療制度を支える分	均等割税額	7,000円	10,000円	3,000円
	平等割税額	7,000円	8,000円	1,000円
	所得割税率	3.00%	3.00%	0.00%
	資産割税率	9.00%	9.00%	0.00%
	課税限度額	140,000円	140,000円	0円
介護分 40歳～64歳までの2号介護保険の負担分	均等割税額	7,000円	10,000円	3,000円
	平等割税額	6,000円	8,000円	2,000円
	所得割税率	1.80%	2.40%	0.60%
	資産割税率	4.00%	4.00%	0.00%
	課税限度額	120,000円	120,000円	0円
合 計 均等割は個人に、平等割は世帯に対する税額	均等割税額	34,000	41,000円	7,000円
	平等割税額	31,000円	34,000円	3,000円
	所得割税率	12.30%	12.80%	0.50%
	資産割税率	35.00%	33.00%	▲ 2.00%
	課税限度額	770,000円	770,000円	0円

○今回の税率改定の内容は左表のとおりです。また、次のページに一例として給与、年金それぞれの試算結果をお知らせしています。

▼問い合わせ 市民課国保高齢医療係
01654③2111 内線3116

平成25年度国民健康保険税率の試算

税額は、世帯の構成や収入額によってそれぞれ異なります。下表の試算①、②は共に一例として計算したもので、下表のとおり、軽減の適用によって税額が大きく異なってきます。なお、正式な税額は、7月中頃までに郵送によりお届けする平成25年度の国民健康保険税納税通知書でお知らせする予定です。

注) 試算①では、介護分が課税されていません

注) 試算②では、夫の分の介護分が課税されています

【試算①】 年金収入の場合

設定：夫婦共に72歳の2人家族

年金収入が夫、年間200万円、妻60万円
で、持ち家の資産税額が5万円の場合



平成25年度年税額 13万3,700円

下表のとおり、改正により1月あたり475円(年間5,700円)の引き上げになります。また、低所得軽減で均等割と平等割が2割軽減となり、合計すると17,600円の減額になっています。

		単位:円		
改正後	内 訳	医療分	後期支援分	介護分
	均等割	42,000	20,000	—
	平等割	18,000	8,000	—
	所得割	34,700	14,100	—
	資産割	10,000	4,500	—
	軽減額	▲12,000	▲5,600	—
	合 計	92,700	41,000	—
改正前	合 計	92,600	35,400	—
	差 額	100	5,600	—

※年金収入の平均となる階層で計算しています

【試算②】 給与収入の場合

設定：夫42歳、妻38歳、子ども2人の4人家族

夫の給与年収が240万円
で、資産税がない場合



平成25年度年税額 28万4,000円

下表のとおり、改正により1月あたり1,950円(年間23,400円)の引き上げになります。また、低所得軽減で均等割と平等割が2割軽減となり、合計すると33,600円の減額になっています。

		単位:円		
改正後	内 訳	医療分	後期支援分	介護分
	均等割	84,000	40,000	10,000
	平等割	18,000	8,000	8,000
	所得割	86,500	35,100	28,000
	資産割	—	—	—
	軽減額	▲20,400	▲9,600	▲3,600
	合 計	168,100	73,500	42,400
改正前	合 計	166,100	63,100	31,400
	差 額	2,000	10,400	11,000

※給与所得の構成割合が多い階層で計算しています



国民健康保険税率のQ & A

○どうして保険税を引き上げないといけないの？

今回の税率改定は、後期高齢者医療制度を支援する部分と、介護保険料として納める部分について、支払う額が収入を超えた(支出超過)ことから、このことを解消することが目的です。

○低所得で生活が厳しいのに、値上げをするのですか？

景気の低迷で収入が増えない状況ですが、国保の保険給付額は、加入者が減少する中、増加が続いています。これまでは、収入不足を貯金(基金)の取り崩しで補ってきましたが、この貯金の残高が底をついて、平成25年度の国保予算が組めない見通しとなり、収入を確保するために保険税率の引き上げが必要になりました。

○保険税を上げなくて済む方法は？

これまでのように貯金(基金)に依存することはできません。支出超過が解消しても、医療費支払いの収支不足が残っています。医療費(保険給付)の支払いが減少すれば、保険税も少なくて済むことになります。何よりも加入者が健康であることが一番大切です。

4月1日オープン 駅前交流プラザ 「よろーな」



駅前交流プラザ「よろーな」が4月1日にオープンします。「よろーな」はバスターミナル施設と観光情報の発信や市民の交流の場となる施設が併設しています。市民はもとより市を訪れる方々に様々なサービスを提供します。ぜひご利用ください。

- 利用時間 9時～22時（バス待合所は5時30分～22時30分）
- 定期休館日 なし
※臨時休館の場合あり
- 問い合わせ 経済部営業戦略課
☎01654③2111 内線3346



⑤エントランスホール
待ち合わせや休憩場所のほか
様々な催しが可能です。



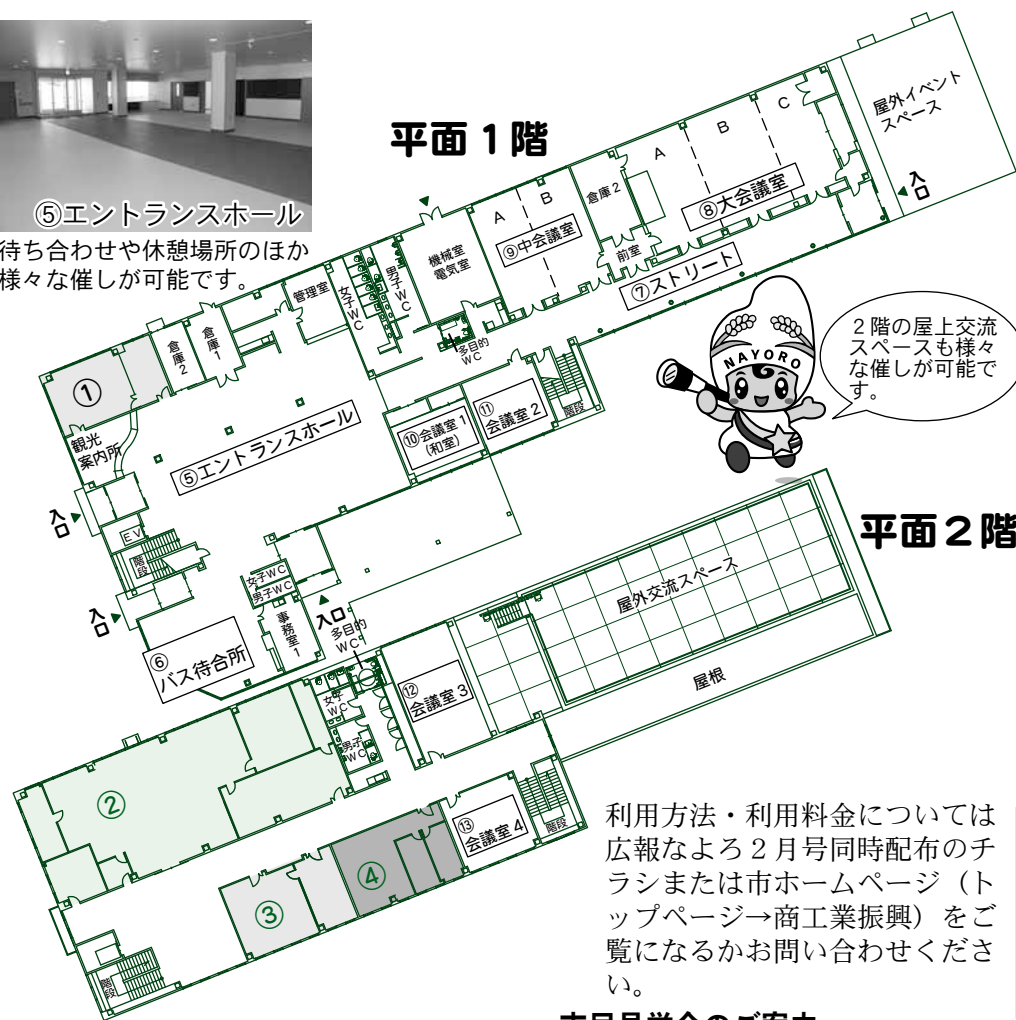
⑥バス待合所
バスを待つ間の休憩場所として
利用できます。



⑦ストリート
机とイスを設置し、市民の
憩いのスペースとして利用
できます。



⑧～⑬会議室
人数に応じて利用できます。
（大会議室は最大3部屋、
中会議室は2部屋に区分け
可能）※写真は⑧大会議室



利用方法・利用料金については
広報なよろ2月号同時配布のチ
ラシまたは市ホームページ（ト
ップページ→商工業振興）をご
覧になるかお問い合わせくださ
い。

- 「よろーな」入居団体**
- ①なよろ観光まちづくり協会
 - ②名寄商工会議所
 - ③名寄消費者協会
 - ④名寄消費者センター

市民見学会のご案内

4月1日オープンの駅前交流プラザ「よろーな」を一足先に見学し、名寄の新しい玄関口の今後の活用について学びます。

- ▼とき 3月27日(水)
- ▼定員 50人（定員になり次第締め切ります）
- ▼申込期限 3月25日(月)正午
- ▼参加料 無料

- 【行き】集合・出発
13時30分 市役所風連庁舎 13時50分 市役所名寄庁舎
- 【見学など】
14時00分～15時00分 駅前交流プラザ「よろーな」
- 【帰り】解散
15時10分 市役所名寄庁舎 15時30分 市役所風連庁舎

※内容・帰りの時間など変更になる場合があります。

申し込み・問い合わせ 企画課広報推進係（名寄庁舎3階）01654③2111 内線3307



「一般廃棄物処理広域化基本計画案」に対する市民意見を募集します

市では、廃棄物の処理及び清掃に関する法律に基づき「名寄市一般廃棄物処理基本計画」（平成19年7月策定）および「名寄市生活排水処理基本計画」（平成18年12月策定）を見直し、平成25年度から平成39年度までの一般廃棄物処理広域化基本計画を策定します。

現在、名寄市パブリック・コメント手続条例に基づき「一般廃棄物処理広域化基本計画案」を公表しています。ご意見をお寄せください。

●公表の方法

(1) 名寄市ホームページでの閲覧

URL＝www.city.nayoro.lg.jp/

↓各種情報↓パブリック・コメント

(2) 指定場所での閲覧

市役所（名寄庁舎・風連庁舎・智恵文支所・担当課）、図書館（名寄本館・風連分館）、北国博物館、市立大学の情報公開コーナーおよび市民文化センター、ふうれん地域交流センター

●意見の提出方法

指定場所に備え付けの「意見提出用紙」に住所と氏名を明記のうえ、持参またはファックス、郵送、電子メールなどで提出してください。

なお「意見提出用紙」はホームページからダウンロードできます。

◆意見提出先

◇ファックスの場合

名寄庁舎 Fax 01654-4011

◇郵送の場合

名寄庁舎 〒096-8686

名寄市大通南1丁目1番地

市役所名寄庁舎1階

環境生活課廃棄物対策係宛

◇メールの場合

ny-publi@city.nayoro.lg.jp

◆提出期限 3月18日(月)

●問い合わせ

環境生活課廃棄物対策係

☎01654-2111

内線3123

市民課市民年金係からのお知らせ

窓口が混雑する時期、住民票・印鑑登録証明書の発行は事前電話予約をご利用ください

前日に電話で事前予約すると窓口が混雑している場合でも速やかに証明書の受け取ることができま

▼実施期間 3月25日(月)～4月5日(金)

▼対象証明 住民票・印鑑登録証明書

▼予約窓口 市役所名寄庁舎・風連庁舎・智恵文支所

▼申込方法 電話で氏名・住所・電話番号・翌日取りに来られる時間を必要証明書(注1～2)を伝えてください

①住民票の場合

↓世帯全員か一部の別(必要とする方の氏名)・必要枚数・内容内容:①一般(住所・氏名・生年月日・性別のみ記載)②転居の経過③世帯主との続柄④戸籍の表示が記載⑤省略事項のないもの(①～④全てが記載)

※住民票は、請求者本人と同一世帯員以外の場合は、証明対象者からの委任状が必要です。

②印鑑登録証明書の場合

↓登録番号と必要枚数(印鑑登録証を受領時に必ず持参してください)

住民票を受け取りに来られる際には本人確認書類を必ず持参ください。(運転免許証・国家資格等顔写真のある公的証明書の場合1点、健康保険証・年金手帳等顔写真のない公的証明書の場合2点)

窓口時間外・休日の発行について
窓口時間外・休日に住民票と印鑑証明書の発行を希望する場合、通年、電話予約により当直室で交付しています。(名寄庁舎のみの対応)

▼問い合わせ

市民課市民年金係(名寄庁舎1階)

☎01654-2111

内線3110



全国でも好評!!

なよろ煮込みジンギスカン

全国鍋合戦で堂々の6位



1月27日に埼玉県和光市で開催された第9回ニッポン全国鍋合戦に名寄市から「第746煮込みジンギスカン艦隊」が初参戦し、全国から43チームが出場する中、第6位(優秀賞)を獲得しました。

鍋合戦について

全 国各地の名物鍋料理、創作鍋料理、市内在住の地方出身者による郷土鍋43チームが集まったの鍋合戦。

競技は各チームみな同じエコカップを使用して鍋料理を提供。食べた後のエコカップを投票券と交換し、お好みの鍋料理に投票します。

競技は3時間と短い時間でしたが煮込みジンギスカンは見事939票を獲得。優秀賞に輝きました。



テーブルに並んだ参加43チームの鍋



5万人が来場しました



多くの行列ができました



表彰式の様子

多くのお客様に煮込みジンギスカンをPR

競 技時間のほか、イベント開催中に多くのお客様に煮込みジンギスカンを提供しPRすることができ、1400食を販売することができました。

また、小学生以下のお子さんには「なよろう」のマスコットを無料で配付し名寄市をPRしました。

食べた感想

評 判がよく、おかわりに来るお客様や「美味しかった」と伝えに戻ってきたお客様もいました。食べた感想は「初めてジ

今後の目標

ンギスカンを食べただけで美味しかった」「羊肉のくさみがなく、肉もやわらかかった」などの声が聞かれました。

こ 当地グルメの最大イベントであるB-1グランプリの出場を目標に、同グランプリを主催している愛Bリーグに申請し、現在審査中です。





なよろ煮込みジンギスカンストーリー Vol.4



今月のテーマ

「ジンギスカン(成吉思汗)という名前は誰が付けたの？」編

●成吉思汗は人の名前？

「成吉思汗」と漢字で表記するとピンとこないかもしれませんが、「チンギスハン」といえば、13世紀始め、モンゴルの遊牧民諸部族を一代で統一し、モンゴル帝国の基盤を築き上げた人物として有名です。実際には当時の中期モンゴル語では「チンギスカン」と呼ばれていたそうです。

このモンゴルの遊牧民は、大草原を騎馬に乗って疾風のごとく進軍し、その遠征途中には好んで羊肉を食べ、貴重なエネルギー源としていました。

もっとも当時は、羊肉をその場で焙り焼きにして食べるだけの荒っぽいもので、いまのようにタレはありませんでした。

羊肉を薄く切り、つけ汁につけ、金網で焼いて食べるようになったのは、中国料理に取り入れられてからで、中国ではこれを「カオヤンロー」と呼んでいます。したがってジンギスカンというのは日本だけの呼び方で、その料理法も本場中国のカオヤンローとは少し違ってきます。



モンゴル帝国初代皇帝チンギスカン▲

●「チンギスハン」「チンギスカン」「ジンギスカン」は同じ？

3 つの名前とも読み方が違うだけで、漢字で表記すると「成吉思汗」となります。モンゴル帝国の初代皇帝を表すのは正式には「チンギスカン」、料理を表すのは言うまでもなく「ジンギスカン」となります。



●羊肉料理をジンギスカンと最初に命名したのは誰？

最初に「ジンギスカン」という名称を使用した人物について、以前は東北帝国大学農科大学（北海道大学の前身）出身の駒井徳三氏が、大正元年から9年間の南満州鉄道社員時代に命名したとする説が有力であり、この説は駒井徳三氏の娘の満洲野（ますの）さんが昭和38年に発表したエッセイ「父とジンギスカン鍋」が根拠となっていました。



▲駒井徳三氏

しかし昭和6年発行の山田喜平氏(元北海道庁滝川種羊場長)が著した「緬羊と其の飼い方」では、鍋羊肉「成吉思汗料理」と明確に字句が記載。その中で紹介された30種ほどの羊肉料理の一つにジンギスカンの料理法の記述がありました。

～七輪に金網をのせ網にゴマ油を塗り、そのうえに下味を浸けた羊肉を焼いて食べる～
(緬羊と其の飼い方より)

また、大正時代から発行している当時の緬羊飼育などの著書では「成吉思汗料理」や「成吉思汗」という名称の記述については、まだ発見されていないことから、現在では、「成吉思汗(ジンギスカン)」と名称を付けた最初の人物は山田喜平氏であると言われています。



▲山田喜平氏
(元北海道庁滝川種羊場長)

次回はついに最終回
「煮込みジンギスカンって何？」を紹介します。

名寄市公売会

を開催します

市では、市税の滞納に対し、動産差押えなどの滞納処分を強化しています。

通常はyahoo(ヤフー)オークションで公売を実施していますが、今回は、除雪機の公売会を市役所名寄庁舎で

実施します。

公売会に参加する方は、運転免許証など身分を証明できるもの、印鑑、買受代金を持ち、会場にお越しください。

なお、公売前に税金が完納となった場合は、その物件の公売を中止します。

また、公売物件は中古品ですので、経年の劣化やサビなどがありますのでご了承ください。



▲公売予定の除雪機

※公売物件の試運転(エンジン始動)を9時50分に行います。

●公売物件

品名	メーカー型番	仕様・状態	見積価格
除雪機	ホンダ HS970	12Vセル・リコイル、9馬力、70cm幅 ※バッテリー交換要 1994年モデルと思われる	30,000円
除雪機	ヤマハ YT660ED	12Vセル・リコイル、6馬力、60cm幅 ※ライトステー、オーガ曲がりあり ※オーガベルト交換推奨 2005年モデルと思われる	30,000円

※上記物件は3月8日まで、市役所名寄庁舎1階ロビーに展示しています。
※仕様・状態は参考とし、実際に品物をご確認のうえ、公売に参加してください。

●ところ 市役所名寄庁舎(大通南1丁目1番地)

●とき 3月10日(日)10時～

(1)参加申し込み

3月10日(日)10時～11時

(2)せり売り開始

3月10日(日)11時～

(3)落札後の手続き

3月10日(日)せり売り終了後随時

●公売代金の支払い

3月10日(日)正午まで

●公売会の方法 せり売り

●参加できる方 本人または代理人。業者の方、市外在住の方も

参加できます。ただし未成年の方は参加できません。

●参加に必要なもの

(1)印鑑(個人の場合は認印でも可、法人の場合は代表者印)

(2)本人が確認できる書面(運転免許証、健康保険証など)

(3)委任状(代理人がせりに参加する場合の提出、様式は任意)

(4)買受代金

●運搬 市内の方が落札した場合、ご相談ください。

●問い合わせ 税務課納税係(名寄庁舎2階)

☎01654③2111

内線3206～3208

3月は納税推進強調月間です！

○税金の納め忘れはありませんか？

市が提供する福祉や教育をはじめ、さまざまなサービスは、市税が主な財源となつています。市税の滞納は、市の財政を圧迫し、市民サービスに支障をきたすこととなります。また何より、納期内に税金をきちんと納めている大多数の皆さまとの公平性を欠くことになり、督促状の送付などの経費に余分な税金を使うことにもなります。

このため市では、納期内に税金をきちんと納めていただいた市民の皆さまとの不公平の解消や納税義務のため、滞納者の財産の差押えを行っています。

なお、病気や失業、事業の廃止など、やむを得ない理由で一時的に税金を納期内に納めることが困難な方については、納期内に左記までご相談ください。

問い合わせ

☎01654③2111

内線3206〜3208

○夜間納税相談窓口を開設しています

事情により納付が困難な方は納付について相談窓口を開設していますのでご利用ください。相談日時は19ページのお知らせをご覧ください。

また同日、国民健康保険に関する相談窓口も行っています。

○税金Q&A

「乗っていない軽自動車等は納税しなくていいの？」

4月1日現在、軽自動車協会に登録のある車輛について課税されます。友人などに譲ったり、廃車にした場合も、軽自動車協会への手続きが必要です。手続きは自動車店、自動二輪店で代行できますが、ご自身でもできます。車種によって手続きが違いますので、くわしくは税務課市民税係（☎01654③2111内線3201）までお問い合わせください。

後期高齢者医療制度のお知らせ

ジェネリック医薬品差額通知を実施します

市では、慢性疾患などで長期間薬を服用している方など、一定の条件に該当する方を対象に、ジェネリック医薬品（後発医薬品）に切り替えた場合に見込まれる薬代の軽減額などをお知らせしています。

この通知は、軽減額の目安を、参考としてお知らせするものであり、ジェネリック医薬品への切り替えを強要するものではありません。また、切り替えができない場合もあります。通知が届いた方で内容に不明な点などありましたらお問い合わせください。

ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品は「後発医薬品」とも呼ばれ、新薬（先発医薬品）の独占販売期間が終了した後、販売が許可される、医療用医薬品のことをいいます。

ジェネリック医薬品は、新薬と違い開発コストがかからない分、新薬より安く提供することができます。

次の方は後期高齢者医療制度への移行が可能です

後期高齢者医療制度は、満75歳の誕生日から該当となりますが、次の方は申請により後期高齢医療制度への移行が可能です。

●65歳以上75歳未満の方で次のいずれかに該当する方

- ・国民年金（障害年金）証書の等級 ↓1級、2級
- ・身体障害者手帳 ↓1〜3級と4級の一部
- ・療育手帳 ↓重度
- ・精神障害者福祉手帳 ↓1級、2級

現在加入の医療保険から後期高齢者医療保険に移行される方は、医療費の負担割合や保険料が変更となります。加入した際の給付や保険料の内容、手続きの方法についてはお問い合わせください。

●問い合わせ

市民課国保高齢医療係（名寄庁舎1階）

☎01654③2111
内線3114〜3116



名寄市立大学の窓から知への誘い

vol.4

「賢く食べる」くメタボにならないために」

保健福祉学部栄養学科 准教授 千葉昌樹

私たちは、生きていくために必要な栄養を食べ物、つまり食事からとっています。いま呼吸をしている、歩いている、これらすべてを朝食・昼食・夕食の3度の食事と間食、夜食からとった栄養素で行っています。その中でも特にお酒やお菓子は、私たちに喜び・楽しみを与えてくれます。

誰かと一緒に飲んだり、食べることで、「コミュニケーション」の場となりますが、その食べ方や量によっては過度の体重増加など健康に悪影響を及ぼします。カロリー制限には寿命の延長作用があることも知られています。大切なのは含まれているエネルギーや栄養素の特徴を理解し、食べる時間や量を「コントロール」することです。

【体内時計】

私たちの体には、リズム現象として体内時計があります。主なものは、

- ・日周リズム

(サーカディアンリズム)

・月周リズム

(サーカルナリズム)

・年周リズム

(サーカニユアルリズム)

・90分リズム

(ウルトラディアンリズム)

などがあり、どの周期も私たちの体の中で生活のリズムを作っています。女性の生理周期は月周リズムで体脂肪の合成や分解を行っています。また、睡眠のリズムや集中力は90分リズムが影響します。(大学授業も基本は90分です)仕事の合間のコーヒープレイク！これら周期と食欲などの関係も奥深いものです。

【時間栄養学】

食事から得る1日の摂取エネルギーのトータルが同じ場合であっても、食べ方次第で太ったり、太らなかつたりします。

メタボで人知れずお悩みの方、痩せる努力はしているけど効果が少ない方、次の3つ

を試みてはいかがですか？

①一日の食事の摂取エネルギー量を10としたとき、朝食3

・昼食3・夕食4の比率に！

(例)必要エネルギー量が1800kcalの女性の場合、朝食540kcal、昼食540kcal、夕食720kcalとなります。

同じものを食べても、朝食や昼食で摂取したエネルギーは熱として発散されやすいのに対して、夕食や夜食のエネルギーは、体の脂肪として蓄積されやすいものとされています。

従って飲み会後の2次会はまだまだしも、閉めのラーメンはどうしたものでしょうか！

また、ケーキやお菓子を食べる場合、午後3時のおやつに食べるのと、夜に食べるのでは意味が違ってきます。

②夕食はなるべく夜8時までにするように！

もし夕食が8時を過ぎ

るようでしたら、できるだけ軽いものを食べるように心がけましょう。

③できるだけ朝日を浴び「脳」の体内時計をリセットするとともに、朝食をしっかりと食べて「内臓・筋肉」の体内時計もリセットしましょう！

朝食は糖質に加えて、たんぱく質をしっかりと取りましょう。糖質は脳のエネルギー源である血糖をあげるために必要ですが、時計遺伝子を活性化するために、たんぱく質と糖質を含んだ食事で時計遺伝子の針を正しく合わせましょう。

※毎日少しずつ蓄えた内臓脂肪！…永久満期にしないで、たまには解約しましょう！

24時間時計



図書館的話題・蔵書点検

蔵書点検とは、図書館で所有している図書がきちんと管理されているかどうか調べるもので、商店の「棚卸し」と同じです。年に1度の行事となり、当館では学生の利用が少ない春休み中に、4日間ほど休館して行います。

書棚にある図書1冊1冊のバーコードをハンディターミナルという機器で読み取っていくのですが、8万冊を超える図書の点検は、なかなか根気と体力のいる作業です。

全部の読み取りが終わると、所蔵データと照合します。単純な読み込みミスが起こる場合もあり、照合できない場合は実際に書棚を探すこともあります。行方不明図書がないことを祈りつつ、利用し易い図書館づくりにむけて今年も作業に取り掛かるところです。

大学図書館にはこんな図書があります

～メタボに関する図書～

- ・『疾患・病態別栄養管理の実践 生活習慣病(メタボリックシンドローム)』文光堂
- ・『専門医が考えた糖尿病に効く「腹やせ」レシピ』福田正博 洋泉社
- ・『医師がすすめる男のダイエット』井上修二 集英社



- 詳しい利用案内は名寄市立大学のホームページでご確認ください。(大学ホームページ>付属機関>図書館)
- 問い合わせ：本館 ☎ 01654②4199[内線3114](ダイヤル) 分館 ☎ 01654②4199[内線2200]

名寄市メール情報配信サービスをご利用ください

市では受信を希望される皆さまの携帯電話またはパソコンにインターネットメールで緊急情報を速やかに配信しています。



◆配信内容

- ・不審者出現に関する情報
- ・災害に関する情報
- ・インフルエンザなどの感染症に関する情報
- ・その他緊急性を持った行政情報



◆受信を希望する場合の手続き

名寄市ポータルサイト(<http://www.city.nayoro.lg.jp/>)の電子行政サービスでリンクを掲載しています。

携帯電話での申請は、名寄市ポータルサイト右下の欄でQRコード(iモード・Yahooメール・ezwebのみ)で申請できます。

全ての配信内容を希望する場合、インターネットメールおよび携帯電話メールで、次のアドレス(ny-joho@city.nayoro.lg.jp)に【メールサービス希望】とだけ件名または本文に入力し、送信してください。

簡易申請の代行入力を情報システム担当が行います。

◆その他

- ①受信者の情報は、名寄市個人情報保護条例に定めるところにより、適切に管理します。
- ②メールアドレスはお間違えの無いよう正しく入力してください。
- ③メール受信拒否設定をしていると情報は配信されませんので、各端末の設定を変更してください。
- ④配信先情報を正確に登録する必要があるため、電話・書面による申請の受け付けは行いません。



名寄市ポータルサイト



↑QRコード

インターネットメールおよび携帯電話メールで全ての配信内容を希望する場合のイメージ

あて先
TO

件名
SUB

本文
TEXT

どちらかに入力してください。

ご不明な点はお問い合わせください。

平成23年10月から本サービスを開始以降、緊急情報メールとして、感染症情報4件・不審者情報4件・その他緊急情報1件を配信しましたが、一部の方にメールが送信できない旨の返信メールが届いています。

受信を希望していて本サービスが未着信の方は、今一度、メール受信設定で『拒否』に設定していないか、または、受信を希望するメールアドレスに誤りがないか確認をお願いします。

●送信アドレスのドメインは『@city.nayoro.lg.jp』です。



生涯学習課・公民館

市民文化センター 西13条南4丁目 ☎01654②2218

開 8:00～22:00 休 月末・年末年始

■「生涯学習リーダーバンク」のご活用を！

～「学びたい・活かしたい」のお手伝いをします～

「生涯学習リーダーバンク」とは、市民の自主的な生涯学習活動を支援するために、様々な知識や経験・技能をお持ちの方を指導者として登録し、学ぶ意欲を持つ市民に紹介する制度です。

▼学びたい

生涯学習リーダーバンクには現在42人の指導者が登録されています。グループで、または個人で学びたいこと、やってみたいことがありましたら、お気軽にご相談ください。指導者を紹介します。

▼活かしたい

ご自分の持っている知識や技能を活かすために、ぜひ登録しませんか？登録を希望される方は、申請書を提出してください。

※申請書は生涯学習課または市ホームページからダウンロードできます。

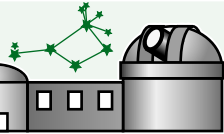
■「春休み子ども英語クラブ」参加者募集！

ゲームや歌などを通して、楽しみながら英語を学びませんか？

- ・とき 3月25日(月)～28日(木)
10:00～11:00 全4回
- ・ところ 市民文化センター視聴覚研修室ほか
- ・対象 市内の小学生(新2年生～新6年生)
- ・定員 20人(先着)
- ・参加料 無料
- ・講師 ALT(外国語指導助手) マシュー カイザー氏
外国語指導講師 レーチェル スミス氏
- ・募集期間 3月11日(月)～15日(金)

なよろ市立天文台

きたすばる



日進157番地1(道立サンピラーパーク内星見の丘)

☎01654②3956 ✉kitasubaru@nayoro-star.jp

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

開 火～日・祝日 13:00～20:00(19:30までに入館)

■天文台利用案内

- ・休館 4日、11日、18日、21日、25日
- ・入館料 大人500円(400円)、大学生400円(300円)、小学生～高校生200円(無料)
ただしカッコ内は名寄市民料金。70歳以上の方も無料となります。

■プラネタリウムのご案内

時間	プログラム
15:00～	スノーフレイク
17:00～	スターリーテイルズ
19:00～	スターリーテイルズ

■1.6m「ピリカ」望遠鏡見学・観望案内

- ・見学のみ(開館時間～16:30頃)
1日～3日、5日～10日、12日～17日、
19日～20日、22日～24日、26日～31日
- ・天気良ければ星が見られる日時(16:30頃～20:00)
1日～3日、8日～10日、15日～17日、
22日～24日、29日～31日

※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ので、ご了承ください。

※詳しい時間などはホームページをご確認いただくか、天文台にお問い合わせください。

■天体観望案内

- ・月面が見える期間 14日～27日
 - ・今月見える惑星 水星・木星
- ※晴れている昼間に、望遠鏡で見るのできる星もあります。

■パンスターズ彗星観望会

- ・とき 3月15日(金)～17日(日)
17:30～18:30
- ・参加費 入館料のみ

月齢 1

新月の次の日に見られる月を月齢1といい、この月は日の入り後のわずかな時間しかみることのできない非常に珍しい月です。



2013年2月11日撮影(撮影者 渡辺 文健) ▲

3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	6時06分	17時20分	21時18分	7時22分	5日	●下弦
10日	5時50分	17時32分	4時32分	15時54分	12日	●新月
20日	5時32分	17時44分	10時30分	0時59分	20日	●上弦
31日	5時12分	17時58分	22時34分	7時19分	27日	○満月

まなびの部屋



図書館

名寄本館 大通南2丁目 ☎01654②4751 FAX 01654②4897
 開火・金 9:30~17:00 水・木 9:30~20:00 ※17:00以降は1階のみ
 土・日 9:30~16:00 休月・月末・祝・年末年始
 風連分館 風連町南町84-1 ☎・FAX 01655③2871
 開月~金 9:30~17:00 土 9:30~16:00 休日・月末・祝・年末年始

【名寄本館の予定】

■ミニ展示コーナー

「整理・整頓」

■おはなしクラブ（土曜日 10:30~）

- ・とき 3月2日、16日
- ・対象 3歳以上~小学生
- ・内容 絵本・紙芝居・工作 ほか

■ペンギンクラブ（木曜日 10:30~）

- ・とき 3月7日、21日
- ・対象 3歳未満児・保護者
- ・内容 7日「親子で好きな絵本」
21日「みんなで楽しもう！」

【風連分館の予定】

■ミニ展示コーナー

「入園・入学の本」

■おはなしタイム（水曜日 15:00~）

- ・とき 3月6日、13日、27日
- ・対象 小学生

■おはなしポケット（金曜日 10:00~）

- ・とき 3月8日、22日
- ・対象 幼児と保護者

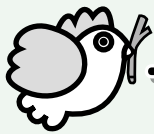
自動車文庫「やまゆり号」3月の巡回日程

《名寄地区》

冬期間は、遠隔地の小中学校および
保育所・幼稚園などのみの運行となります。

《風連地区》

13日(水)	東風連地区(東風連小学校)	10:15~10:35
14日(木)	下多寄地区(下多寄小学校)	10:15~10:40
	フロンティアハウス	10:50~11:05
	市街地区(野村様宅前)	11:15~11:30
21日(木)	日進地区(日進小学校)	10:10~10:35
	旭地区(大久保様宅前)	11:00~11:10



博物館

北国博物館 緑丘222 ☎・FAX 01654③2575
 e-mail ny-kitahaku@city.nayoro.lg.jp
 開 9:00~17:00 休 月・年末年始
 風連分館(風連歴史民俗資料館 風連町南町85)

■棚橋美術教室作品展

棚橋美術教室で学ぶ子どもたちが1年間に制作した絵画、造形、デザインなどの作品を発表します。

- ・とき 3月2日(土)~10日(日)
9:00~17:00
(※最終日は15:00まで)
- ・ところ 北国博物館ギャラリーホール(無料)
- ・主催 棚橋美術教室(棚橋麗子さん指導)

■新着資料展

平成24年度も市民の皆さんから数多くの資料寄贈を受けました。蓄音機、たんす、火鉢、鉄道資料、教科書など、年度内に受け入れた資料約100点を生活、産業、交通などの分野ごとに紹介します。

- ・とき 3月15日(金)~31日(日)
- ・ところ 北国博物館ギャラリーホール(無料)

■「新名寄市史」「風連町史第二巻」

名寄市と風連町が、開拓100年を記念して発行した「新名寄市史」「風連町史第二巻」は、地域の歩みを総合的に記載した歴史文献です。北国博物館で保管し残部がありますので、ご希望の方に販売しています。発送についてはご連絡ください。

▼「新名寄市史」全3巻 12,000円

(平成11年~14年発行)

第1巻 (776ページ)

先史から昭和20年までの旧名寄市の歴史

第2巻 (926ページ)

昭和20年から平成9年までの旧名寄市の歴史

第3巻 (543ページ)

自然、史料、統計、年表

▼「風連町史第二巻」2,000円(平成11年発行)

(985ページ)

昭和42年刊行の「風連町史」の続編。それ以前の歩みについても「風連町史」の記載をまとめて紹介



○子宮がん・乳がん・大腸がん検診 無料クーポン券をお持ちの方へ

がん検診無料クーポン券の有効期限は平成25年3月31日までとなっています。無料クーポン券は下記の検診会場で利用することができます。3月は混み合いますので早めにお申し込みください。料金や対象年齢などについては保健センターまでお問い合わせください。
※子宮がん・乳がん検診は2年に1度の助成となります。無料クーポン券対象者以外で平成23年4月1日～平成24年3月31日に受診した方は今年度の対象にはなりませんのでご了承ください。

検診会場	日程	時間	受診できる検診
保健センター	3月18日(月)	①9時②10時	乳がん
		11時半～	大腸がん
旭川がん検診センター	保健センターに希望する検診を申し込み、書類が届いた後に検診機関へ予約の電話をしていただきます。		子宮・乳がん・大腸がん
名寄市立総合病院			子宮・乳がん

※定員に達している場合がありますのでご了承ください。

○平成25年度の特定健診 ・がん検診の申し込みについて

平成25年度の特定健診・がん検診の詳細は、広報なよろ4月号と同時配布のチラシに掲載しますので、ご覧ください。申し込みについては名寄地区4月9日(火)、風連地区4月10日(水)からとなっています。



健康づくり体操教室のお知らせ

- ・とき 3月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木) 9:30～11:15
- ・ところ 総合福祉センター・持ち物 上靴
- ・内容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術
- ・申込み 当日会場で受け付けます。
- ・問い合わせ 名寄庁舎2階 高齢介護課高齢福祉係

☎01654③2111内線3231



申込み・問い合わせ

保健センター
名寄市西2条北5丁目
☎01654②1486

休日当番医 急患に限ります

3月3日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101
10日	名寄東病院 ☎01654③2188
17日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101
20日	岡崎内科 ☎01654③2361
24日	名寄中央整形外科 ☎01654③2006
31日	名寄三愛病院 01654③3911



救急医療情報案内
フリーダイヤル
☎0120-20-8699

子育て保健 ミニカレンダー



3月

- 2日(土) お父さんお母さん教室②
- 8日(金) 親子ふれあいひろば
- 11日(月) 3～4カ月児健診
BCG
- 12日(火) お母さん教室③
- 14日(木) 1歳6カ月児健診
- 18日(月) 股関節脱臼検診
- 19日(火) 3歳児健診
- 21日(木) 7カ月児健診
- 22日(金) 親子ふれあいひろば
- 25日(月) もぐもぐ離乳食教室
- 26日(火) のびのび親子教室
- 28日(木) 赤ちゃん計測日

※詳しくは母子保健カレンダー
をご覧ください。

子育て支援センターの主な行事

「さくらんぼ」

(東保育所内 ☎01654②5683)

3月の行事

●親子遊びの広場「身体測定」

- ・と き 3月19日(火) 10:00~11:30
- ・ところ ほっと21
- ・内 容 身長・体重を測って手形を押します。
0歳児の方は27日(水)のぴよぴよランドでも行います。



※今年度のさくらんぼは3月28日(木)で終わります。
※新年度は4月15日(月)から開始します。

「ちゅうりっぷ」

(名寄大谷認定こども園保育園内 ☎01654⑧7711)

3月の行事

●ファミリーひろば「お別れ会」

- ・と き 3月9日(土) 10:00~11:30
- ・ところ 名寄大谷幼稚園ゆうぎ室
- ・内 容 自由遊び後、パネルシアターやミニゲームで遊びます。
※詳しい内容はお問い合わせください。



●のびのびひろば「茶話会」

- ・と き 3月13日(水) 9:00~10:30
- ・ところ 名寄大谷認定こども園保育園2階
- ・内 容 自由遊び後、サンドイッチを親子で作って1年を振り返ります。
(持ち物はありません)

※今年度のちゅうりっぷは3月28日(木)で終わります。
※新年度は4月15日(月)から開始します。

「こぐま」

(風連さくら保育園内 ☎01655③2378)

3月の行事

●親子遊びの体験教室「外あそび」

- ・と き 3月7日(木) 10:00~11:30
- ・ところ さくら保育園 グラウンド
- ・内 容 雪中レクリエーションを行います。



●親子遊びの広場「こぐま終了式」

- ・と き 3月19日(火) 10:00~11:30
- ・ところ さくら保育園
- ・内 容 お楽しみ会終了後、成長の記録表を渡します。

※今年度のこぐまは3月19日(火)で終わります。
新年度は4月11日(木)から開始します。

子どもたちの見守りにご協力を

市内各学校の代表で組織されている名寄市児童生徒協議会では、児童・生徒が校外で安全・安心に生活できるよう、各団体と連携し、市内共通の「校外生活のきまり」を設けて指導しています。春休みに入り、子どもたちが地域で過ごす時間が長くなる時期でもあります。地域での見守りにご協力をお願いします。

▼校外生活のきまり

- 帰宅時刻 広報なよろ裏表紙の市民カレンダーにて毎月お知らせします。
- 軒下や川、鉄道線路、用水路などの危険なところでは絶対に遊ばない
- 冬期間(積雪時)は自転車に乗らない
- 外出をするときには保護者に行き先・帰る時刻をきちんと告げる
- 塾や部活などで遅くなる時は保護者に必ず伝える
- 身に危険を感じた時や、知らない人に声をかけられた時などは、近くの家や商店に助けを求め、警察や学校に連絡する

問い合わせ

名寄市青少年センター (ほっと21内)
☎01654③3465

4月から「消費者センター」は 駅前交流プラザ「よろーな」2階に移転します!

無料相談窓口(4月から「よろーな」で行います。お間違えなく!)

区分	相談日時	連絡先	備考
消費生活相談	月~金 9:15~16:00	01654②3575	消費生活 専門相談員
市民相談	月~金 9:15~16:00	01654③2111 内線3616	市民相談員
無料法律相談 (要予約)	月1回 第1または 第2日曜日		弁護士
行政相談	月1回 第2木曜日 13:00~16:00		名寄地区 行政相談員
結婚相談	第1金曜日 17:30~19:00 第2~4金曜日 13:00~15:00		結婚相談 センター 相談員

【消費者センターの休日】

土・日曜日、国民の祝日、12月31日~1月5日

消費者センター ☎01654②3575

TOPICS まちの話題



今月の表紙のイベント

2月7-11日

なよろ雪質日本一フェスティバル2013



2月9-10日
ふうれん冬まつり



1月19、26日

児童センターで一輪車教室

市内小学校児童を対象とした初心者向け教室（全2回開催）。名寄ユニサイクルクラブが講師となり、最初は恐るおそる乗っていた児童も徐々に自分から手を放すなど挑戦する姿が見られ、最後に練習の成果を披露しました。



1月21日

雪質日本一フェスティバル 支援自衛隊への慰問

なよろ雪質日本一フェスティバル2013の開催に向けて、大雪像制作に取り組む名寄駐屯地隊員を加藤市長が慰問。温かいなる煮込みジンギスカンやおにぎりなどの昼食を差し入れて連日の労をねぎらいました。



1月21日

消防功労で感謝状を授与

自宅屋根からの落雪の下敷きになり、身動きが取れなくなつた方を、連携して救助にあたり無事救出した市民5人に感謝状と記念品が贈られました。感謝状を受けた5人は、助かった方の無事を喜んでいました。



1月23日

市立総合病院精神科病棟改築 工事安全祈願祭

加藤市長、佐古院長をはじめ、工事関係者約60人が出席し行われました。加藤市長は「工事が無事完了し、地域の医療福祉が向上、発展することを願います」とあいさつ。出席者全員で祝杯し、無事故、無災害を願いました。



1月25日

南小学校4年生「もちつき」

総合的な学習として、自分たちが収穫したもち米を使い、なよろもち大使2人の指導のもと、4グループに分かれもちをつきました。つきあがったもちを自分たちで丸め、つきたてのおもちを味わっていました。



1月25日

台北駐日経済文化代表処副代表が名寄市を訪問

羅坤燦（らこんさん）副代表が名寄市を訪れ、今後の交流について懇談しました。翌日はカーリングやスキーを体験したあと意見交換会を実施。台湾と名寄市との交流や今後の可能性について意見交換しました。



1月27日

風連中央小PTA教育講演会

元コンサドーレ札幌の曾田雄志氏を講師に招き、「夢を実現するために」をテーマに、小学生からプロになるまでの体験をもとに、夢と目標についてやプロになって学んだことなどを講演しました。



2月1日

鬼追い祭りで無病息災などを祈願

二月三日の節分の日にちなみ「名寄鬼追い祭り」が行われました。市役所名寄庁舎に金棒を手に入ってきた赤鬼と青鬼を追い出すと福の神が登場し、無病息災や五穀豊穡などを祈願しました。



2月1日

全国鍋合戦での優秀賞を報告



埼玉県和光市で開催された第9回ニッポン全国鍋合戦に初出場した「第746煮込みジנגス艦隊（阿部潤司艦長）」が市役所名寄庁舎を訪れ、加藤市長に優秀賞（6位）獲得を報告しました。※関連ページ6ページ

風連児童会館まめまき

2月1日



小学生21人が参加して行われたまめまき。赤鬼と福の神が登場すると、子どもたちは願いを込めて鬼に向かって豆をぶつけていました。赤鬼を追い出すと福の神からおもちやの小判が投げられ、小判とお菓子を交換していました。

2月2日

スノーランタンの集い（総合福祉センター）

今年のテーマは南小学校の校章。南小学校児童や地域住民が作業を開始。ろうそくのセツトを終え、順番に点火していきましたが、吹雪となり、残念ながら完了する前に中止の判断となりました。



小学生名寄自然体験交流

2月3日

昨年、東京都杉並区の小学生が名寄の冬を体験する名寄自然体験交流事業が行われました。このたびは成果発表会が杉並科学館で行われ、なよろ市立天文台でインターネット中継されました。天文台では名寄の小学生が発表会の様子を観覧しました。



2月5日

ちえぶん健康まつり



講演や健康チェックなどを通じ、自らの健康への関心を高めることが狙いで、地域住民約80人が参加。心肺蘇生講習会のあと、市保健師による血圧測定や健康相談などで自らの健康状態をチェックし、健康づくりの大切さを再認識しました。

南小学校で一日入学

2月6日



四月に入学する新一年生が一足早く小学校生活を体験しました。新年度、同校には市内で一番多い81人が入学する予定で、保護者への入学説明会の間、新一年生は現一年生と交流し、新年度スタートする小学校生活を待ちわびているようでした。

2月9日

東小学校でスノーランタンフェスティバル

会場の同校グラウンドには幻想的な光景が広がり、参加者や訪れた市民の目を楽しませました。フェスティバルのあとは校内でスノーランタンコンサートが行われ、訪れた市民は迫力ある演奏に聴き入りました。



災害時相互援助に関する協定締結式

2月10日

南相馬市桜井勝延市長が名寄市を訪れ、名寄市、南相馬市両区域内で災害が発生した場合の相互援助に関する事項を定めた協定の締結式が行われました。また翌日には南相馬市の現状と復興について桜井市長の講演会が市内ホテルで行われました。



2月12日

ピヤシリ大学研究発表会



ピヤシリ大学4年生による研究発表会が市民文化センターで行われました。2班に分かれ、それぞれ「名寄の農業の歴史と変革」「名寄市立大学と3万市民が支える最北の公立大学」について発表し、大学生活の集大成としていました。

市民文化センターでロビーコンサート

2月12日



名寄短大卒で東京で音楽活動を行っている千佐真里奈さんがロビーコンサートをを行いました。コンサート中、名寄での思い出や北海道への想いなどの話もあり、訪れた市民はつかの間のひと時を楽しみました。

ポジティブ・アクション 積極的差別是正措置

「男女の区別なく平等に社会参加できるように
積極的な改善に取り組むこと」

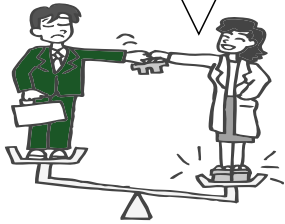
女性という理由で遅れていた昇進や教育の状況を解消し、男女間の差をなくしていきこうという取り組みをする企業や団体が増えてきています。

企業での固定的な男女の役割分担や過去の経緯から「女性は重要な場面で発言しにくい」「管理職につきにくい」などの傾向がありがちですが、その改善策として自主的・積極的な取り組みをすることで、職場での男女の均等な機会や待遇の確保を可能にすることができます。

そのためには？
企業などが組織的に「ポジティブ・アクション」に取り組む一方、国や地方自治体は、相談窓口の設置や実施状況の公表などを通じてサポートしています。

その効果は？
■女性による企画や開発テーマの提案で商品力が強化し、営業力が広がります。
■働きやすくてやりがいのある会社環境に改善され、社員の定着率が向上します。

女性にゲタを履かせたり、えこひいきする取り組みなの？
だったら男性が損をするのでは？



男性は長い間ゲタを履かされる側にあつたのでは？
性別に関わらず能力や適性で判断されるような組織を目指します。

▼問い合わせ
企画課男女共同参画担当(市役所名寄庁舎3階)
☎01654③2111 (内線3305)
名寄市ホームページ
(<http://www.city.nayoro.lg.jp>)



天塩川だより

和寒町

第32回ジュニアアルペンスキー和寒大会

- ・とき 3月10日(日)
- ・ところ 和寒東山スキー場
- ・問い合わせ 和寒町教育委員会
☎0165(32)2477

塩狩峠記念館オープン

- ・とき 4月1日(月)
- ・ところ 塩狩峠記念館
- ・問い合わせ 和寒町産業振興課
☎0165(32)2423

幌加内町

①第5回ほろたちジュニアアルペン競技大会 (GSLクロス)

- ・とき 3月2日(土)～3日(日)
※2日は公開練習、3日は大会当日

②TOKO CUP

第15回ほろたちジャイアントスラローム大会

- ・とき 4月7日(日)
- ①②とも
- ・ところ ほろたちスキー場
- ・申し込み 幌加内町観光協会
☎0165(35)2380
- ・問い合わせ 幌加内町スキー連盟 竹谷
☎090(3393)7365

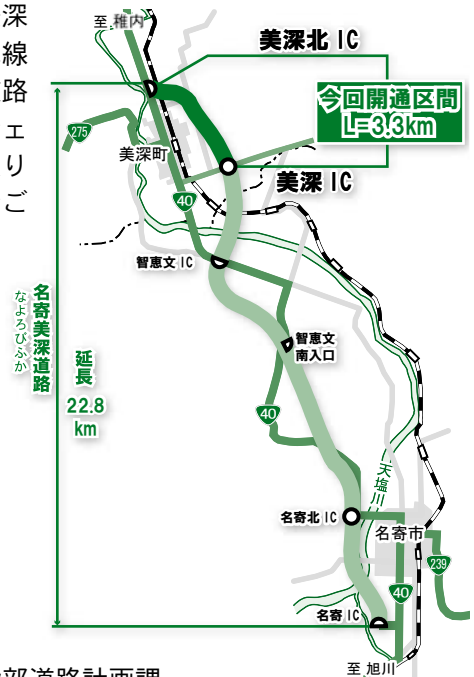
一般国道40号名寄美深道路開通のお知らせ

美深IC(中川郡美深町字美深)から美深北IC(同町字敷島)延長3.3km

・とき 3月30日(土)16:00～

平成19年度から進められていました道路が開通となります。道路名称は現在供用中の名寄バイパスと合わせて「名寄美深道路」となります。

なお、名寄美深道路は片側1車線の自動車専用道路で、インターチェンジからの出入りとなりますのでご注意ください。



- ・問い合わせ
国土交通省
北海道開発局
旭川開発建設部道路計画課
☎0166(32)4285

暮らしのお知らせ

問 問い合わせ **申** 申し込み
名 名寄庁舎 (☎01654③2111)
風 風連庁舎 (☎01655③2511)

特別窓口

夜間納税窓口

とき 3月21日(木)
 22日(金)
 25日(月)
 17:30~19:30
ところ 名寄庁舎2階
 税務課納税係

社会保険事務相談窓口

とき 3月12日(火)
 10:30~16:00
ところ 名寄商工会議所
 完全予約制☎0166(72)5004

暮らしのリサイクル

(10:00~16:00)

名寄消費者協会
 ☎01654③5630
 ※毎週水曜日は定休日
 不用になった家庭用品などを紹介
 します。お気軽にお電話ください。

- ゆずります
- ベビー布団一式
 - ベビーバス
 - 学習机・椅子
 - シングルベッド
- ゆずってください
- 東中女子制服(160サイズ)
 - フォークギター

市長室開放事業を開催します

- ▶**対象** 市民、市民で組織する団体やサークルなど
 - ▶**開催日時** (土日祝は除く)
 3月1日(金)~29日(金)
 9:00~17:30の20~30分間
 ※市長の公務が優先
 - ▶**懇談場所** 市役所名寄庁舎・風連庁舎の市長室など
 - ▶**懇談内容** 地域活動やまちづくりの話、市政への要望・疑問など
- ※個人的な要望・相談・苦情・宗教に関する意見、書面による要望の提出、または懇談にふさわしくないと判断される場合は、お断りさせていただきます。

申・問 企画課秘書係
名 3階(内線3304)

障がい者(児)に平成25年度分ハイヤー券を交付します

市内に居住する障がい者(児)が通院などのため、市内全域で利用するハイヤー料金の一部を助成します。

▼対象

- 身体障害者手帳1級または2級を所持する方
- 視覚、体幹、下肢、または腎臓機能障害により、身体障害者手帳3級を所持する方
- 知的障がいにより、療育手帳Aを所持する方
- ▼申請に必要なもの
 印鑑、身体障害者手帳または療育手帳
- ▼受付・交付開始日
 3月25日(月)

問 手続き場所 下記と同じ

重度視力障がい者の電話料基本料金を助成します

市内に居住する、電話を設けている重度の視力障がいの方に、電話料の基本料金を助成します。

▼対象

- 身体障害者手帳1級(視力障がい)を所持する方で、本人が世帯主、または障がい者本人契約の電話を設置している方
- ▼申請に必要なもの
 ①定額小為替(350円。郵便局で購入できます) ②自宅の住所と氏名を記入し80円切手を貼った返信用封筒 ③印鑑
- ▼受付開始日
 4月1日(月)

問・手続き場所

社会福祉課障害福祉係

2階(内線3227)

地域住民課福祉係

1階(内線112・113)

ふうれん地域交流センターからのお知らせ

現在、市教育委員会が行っている「ふうれん地域交流センター」利用申し込みなどの受付は、指定管理者制度の導入に伴い4月1日から風連商工会が行います。

来館による申し込み受付は現在の2階受付窓口(風連生涯学習担当)から1階受付窓口(風連商工会)に変更となります。電話での施設空き状況などの問い合わせは従来の番号(☎01655③2531)から変更ありません。なお、4月1日以降の施設利用の事前申し込みは、3月中は左記にて受付します。

問

風連生涯学習担当(ふうれん地域交流センター内)
 ☎01655③2531

国民健康保険からのお知らせ

▼70歳から74歳の方の高齢受給者証の更新

平成25年4月から自己負担が1割の方は2割に引き上げとなる予定でしたが、平成25年7月末まで引き続き1割負担となりました。これにより高齢受給者証の記載内容が変更となるため、3月下旬に新しい受給者証を郵送します。

▼国保の加入、喪失の届出は14日以内

他の健康保険などを喪失し国保に加入する場合や、他の健康保険などに加入し国保を喪失する場合は手続きが必要です。加入・喪失した書類を持参し、14日以内に手続きをしてください。

なお、国保喪失の手続きが遅れると、その間に受診した

医療費をお返しいただく場合があります。また保険税の減額が速やかに行われなくなりますのでお早めに手続きをお願いします。

問

市民課国保高齢医療係
 1階(内線3115)
風 地域住民課
 1階(内線119)



就学援助制度についてのお知らせ(平成25年度)

市では、経済的な理由により就学困難な児童生徒の保護者に対し、学用品費や学校給食費など、学校で必要な費用の一部を援助しています。援助を希望する方は、学校へ申し込んでください。なお、平成24年度に受給している方も、新たに申請が必要となります。

【援助の対象となる方】

次の(1)～(9)のいずれかに該当し、世帯(同居家族)全員の前年の収入金額等が名寄市教育委員会が定めた認定基準額以下の方

- (1)生活保護を受給中の方
- (2)生活保護が停止または廃止された方
- (3)市民税が非課税または減免された方
- (4)個人事業税、固定資産税、国民年金保険料が減免または免除された方
- (5)国民健康保険税が減免または徴収猶予された方
- (6)児童扶養手当を受給中の方
- (7)生活福祉資金の貸付を受けている方
- (8)職業安定所に登録の日雇労働者である方
- (9)経済的理由により就学費用の負担が困難である方

【認定の目安となる世帯の収入】

平成24年分給与収入(社会保険料を除く)

- 2人家族 188万円以下
 - 3人家族 253万円以下
 - 4人家族 312万円以下
 - 5人家族 384万円以下
- ※右記は目安であり、世帯状況や住宅状況によりこの範囲外であっても該当する場合があります。
- ※農業収入・事業収入等については、所得額により判定します。

【援助を受けられる費用】

学用品費、修学旅行費、医療費、学校給食費など(詳しくは申請書をご覧ください)

※生活保護を受給中の方は修学旅行費や医療費のみの援助となります。

【申し込み方法】

援助を希望する方は、申請書に世帯全員の前年の収入を証明できる書類(源泉徴収表など)を添付して、期日までに学校(小・中学校)へ提出してください。

※虚偽の申請があった場合には、支給金品を返還していただく場合があります。

【申込期日】

- (1)3月8日(金)までの方
 - ・在籍する学校で進級する児童生徒(小学校1～5年生、中学校1、2年生)
 - ・新たに小学校または中学校に入学する新1年生で、その学校に兄弟のいる児童生徒
 - (2)4月12日(金)までの方
 - ・新たに小学校または中学校に入学する新1年生で、その学校に兄弟のいない児童生徒
 - ・4月から転校する児童生徒
- ※申請は随時受け付けています。年度の途中で認定された場合は、学校が受付した日を認定日とします。
- ※転入した方は、転入から30日以内の申請をお願いします。

風連瑞生大学の平成25年度新入生を募集します

▼入学資格 市内にお住まいの満60歳以上で仲間と一緒に楽しく活動したい方

▼活動内容(毎月3回程度)
午前は楽しい講話や、レクリエーション、ひばり農園で年5回の作業、午後からは各クラブでの活動を行います。

※クラブ活動
陶芸、パソコン、書道、茶華道、フォークダンス、パークゴルフ、カラオケ・ダンス

▼費用 入学金・授業料無料
ただし、自治会費(2500円)および活動経費(実費)がかかります。

▼申し込み 左記に入学願書があります。必要事項を記入し、提出してください。

「ご寄附

ありがとうございます
(順不同・敬称略)

▼医療と福祉による安心して暮らせるまちづくり事業のために

○西條 元彦

▼河川の親水機能のために

○伊東 則彦

▼市立病院のために

○藤田 健慈

○藤田 政士

○眞鍋 和一

名問 学校教育課学校教育係
3階(内線3374)

名問 風連生涯学習担当(ふうれん地域交流センター内)
☎01655③2531

無料相談窓口

市民相談室	名寄市民会館1階(大通北1)
ところ	☎01654③2111(内線3616)
申・問	9:15～16:00
市民相談	月～金曜日
無料法律相談	11:00～
とき	3月3日(日)
	4月7日(日)
※事前予約が必要です	
行政相談	13:00～16:00
と	3月14日(木)
結婚相談	
と	第1金曜日 17:30～19:00
	その他の金曜日 13:00～15:00
消費者相談	9:15～16:00
と	月～金曜日
ところ	市民会館2階
	消費者センター
	☎01654②3575
労働相談	8:45～17:30
と	月～金曜日
ところ	名寄庁舎3階
	営業戦略課労働相談所
	☎01654③2111
人権相談	8:30～16:30
と	月～金曜日
ところ	旭川地方方法務局名寄支局
	☎01654②2349
心配ごと相談(24時間)	
と	月～金曜日
ところ	総合福祉センター
	☎01654②3968
精神障害者生活相談	
(酒害相談も)	13:00～15:00
と	毎月第3木曜日
ところ	総合福祉センター
	☎01654②3968
教育相談ハートダイヤル	
	9:00～17:00
と	月～金曜日
ところ	児童センター
	☎01654③1000

3月(弥生)市民カレンダー

March Calendar

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 ・ひなまつり 10:00~ ・本のよみきかせ 13:30~ 児
	風連陶芸センター陶芸教室 (要予約) 3/14(木)、28(木) ①9:00~12:00 ②13:00~16:00 ③18:00~21:00 費用 粘土代1Kg200円 持ち物 エプロンなど 詳しくはお問い合わせください。 申込み・問い合わせ 風連陶芸センター01655③2743			児童生徒の帰宅時刻のお知らせ 小学生 17時 中学生 18時 高校生 21時 児童生徒補導協議会 (小中高等学校)		
3	4	5	6	7 ・運転免許更新時講習会 優良13:00 初回14:00 一般17:30 文	8	9 ・本のよみきかせ 13:30~ 児 ・体験教室 「雪と遊ぼう!」 9:30~12:00 北
10 ・昭和産業杯第44回フットサル大会 (9日13:30~) 文	11 ・運転免許更新時講習会 優良18:00 違反19:00 文	12	13 ・早朝診療 ※要予約 7:00 風連国保診療所	14 ・運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 文 ・教育相談センター 夜間開館日 17:45~20:45 児	15	16 ・原田さんの工作と本のよみきかせ 13:30~ 児
17 ・第22回片平杯卓球大会 文	18	19 	20	21	22	23 ・本のよみきかせ 13:30~ 児
24 ・第9回藤花杯ソフトバレーボール大会 文	25	東小学校スノーランタンフェスティバル		27	28 ・教育相談センター 夜間開館日 17:45~20:45 児 ・「広報なよろ」4月号 配布予定日	29
31						30 ・本のよみきかせ 13:30~ 児

広報誌は保存しておきましょう

文…市民文化センター 文…スポーツセンター 陶…風連陶芸センター 北…北国博物館 児…児童センター

庁議等の決定事項 (2月20日現在)

決定日	件名	担当
2月5日	福祉灯油の支援事業について	健康福祉部 社会福祉課

詳しくは名寄市ホームページのトップ画面《市政・行政情報》庁議等もしくは上記担当へお問い合わせください。

広報なよるは名寄市ホームページでもご覧いただけます。

名寄市ホームページ

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

携帯電話やスマートフォンから右のQR

コードを読み取るとアクセスできます。



ひとのうごき

平成25年1月末日現在 ※ () は前月末比
 人口 29,949人(-7) 男14,500人(-20) 女 15,449人(+13)
 世帯数14,556世帯(-2) 外国人登録者59人(+2)

今月の表紙

名寄地区、風連地区で冬のイベント

なよろ雪質日本一フェスティバルが7日から11日まで開催。9、10日にはふうれん冬まつりが開催。新たな企画や多彩なイベントで、会場を盛り上げました。

(2月10日撮影)

★ 広報なよる

平成25年3月1日発行 第84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

名寄市役所名寄庁舎 〒096-8686 北海道名寄市大通南1丁目1番地 ☎01654③2111 FAX 01654②5644

名寄市役所風連庁舎 〒098-0507 北海道名寄市風連町西町196番地1 ☎01655③2511 FAX 01655③2510