

なよろ

2
February 2015
No.107

冬の名寄を
楽しもう！……2-3



高齢者が元気に生活できる
地域づくりのために……4-5

確定申告が始まります…20-22

なよろ

平成27年2月号(No.107)



表紙	
もくじ	1
冬の名寄を楽しもう!	2 - 3
高齢者が元気に生活できる地域づくりのために	4 - 5
市立大学に新しく社会保育学科が誕生します	6 - 7
パブリックコメント	8
知っていますか? 自治基本条例	9
名寄市立大学の窓から～知への誘い～	10
サークル紹介	11
まなびの部屋	12 - 13
健康ガイド	14 - 15
男女共同参画社会の実現をめざして	16
天塩川だより	16
名寄のもち米を使った美味しいレシピ	17
フォトでお知らせ - 広報版 -	18 - 19
確定申告が始まります	20 - 22
暮らしのお知らせ	23 - 27
裏表紙	
* 市民カレンダー	
* ひとのうごき	
* Airてっし	
	28

- と き 2月7日(土)～8日(日)
- と ころ 仲町広場(消防署風連出張所向かい)
- 内 容
- 〈7日〉17:00～19:30
…風連御料太鼓、山本裕美子歌謡ショー、大抽選会、花火
- 〈8日〉10:00～15:00
…スノーモービル試乗、巨大すべり台、トナカイそり遊び、宝さがし、もちつき、全日本長靴飛ばし選手権、もちまきなど



第31回 ふうれん 冬まつり

全日本長靴飛ばし選手権、もちつき、もちまきなど誰でも参加できるイベントを用意

もう!

冬のシーズン真っ盛り!
市内では、この時期に冬のイベントがたくさん予定されています! イベントに参加して名寄の冬をおおいに楽しみましょう。

みんなで作ったスノーランタンで 冬の夜を明るく灯す



地域の子もたちや大人が集まって、スノーランタン作りのほかに、雪遊びなどで冬を楽しみ交流します。

スノーラン タンフェス ティバル



- 名寄西小学校(西7南1)
1月31日(土) 点火17:00
- 豊西小学校(西15南4)
2月7日(土) 点火16:45
- 名寄東小学校(東3南3)
2月14日(土) 点火17:30
- 総合福祉センター(西1南12)
2月22日(日) 点火16:45

この日は天文字焼きも開催。ランタンと天文字が同時に見れます!



芸術・食・遊など多彩なイベントが勢ぞろい。

2日目の14日にはバレンタイン関連イベントも実施

- と き 2月13日(金)～15日(日)
- と ころ 南広場(西2南9)
- 内 容

2月11日には
会場で13:00～17:00に
スノーバーオープン♪

- 〈13日〉12:00～ … 開会式、子どもゲーム、雪像彫刻大会表彰
- 〈14日〉10:00～ … YOSAKOI披露、犬ぞり試乗、ビンゴ大会
- 〈15日〉10:00～ … 雪上サッカー、キャラクターショー、もちつき大会
- 〈全日開催〉 … 星☆きれいな南市場、すべり台・スノーモービル試乗

なよろ雪質
日本一フェ
スティバル
2015

第15回なよろ国際雪像彫刻大会ジャパンカップ
第23回全日本学生対抗スノーオブジェ競技会

2月10日
9:00から
競技開始!

みごとなスノーオブジェが会場を盛り上げます。
※ライトアップは2月13日～15日の16:00～21:00

ウィンターマルシェ in NAYORO

ご当地グルメが大集結!

- と き 2月14日(土) 11:00～17:00



冬の名寄を楽し

スキーこどもの日

ピヤシリスキー場のリフト料金が
小中学生無料!

2月28日は
市民スキーの日

- と き 2月7日(土)、28日(土)、3月7日(土)、14日(土)、29日(日) 9:00～16:30

第50回ふうれんスキー場まつり

今年で50回目を迎え、恒例の大回転競技や宝さがしのほかに、さまざまなイベントを用意。

- と き 2月15日(日) 9:45～14:00予定
- 申し込み・問い合わせ
風連公民館 ☎01655③2620

カーリング体験教室

- と き 2月1日(日)
11日(水)
3月7日(土)
13:00～15:00
- と ころ サンピラー交流館
- 申し込み・問い合わせ
サンピラー交流館
☎01654③9826

復活2年目。

約270個のドラ
ム缶でつくる巨
大な雪上火文字

- と き 2月14日(土)
18:00

- 点火場所 太陽の丘(旭東)
- 見る集い 西條名寄店屋上(17:00オープン)

あまかけ
天翔る炎
北の天文字
焼き2015



スポーツも
楽しもう!



高齢者が元気に生活できる 地域づくりのために

特集

名寄市地域包括支援センターでは、高齢の皆さんが住み慣れた地域でいつまでも自分らしく元気に生活していただけるように、心身の健康を保ち、生活の安定のために必要な援助や支援を保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが中心となって、それぞれの専門性を活かしながら「チーム」として支援しています。

相談のあった個別の支援だけではなく、それらを含めて地域で安心して生活できるようなネットワークづくりや、関係機関との連携も行っています。

★寺町区町内会での活動

寺町区町内会では、平成26年5月から毎週木曜日に町内の方を対象としたサロンを開催しています。

以前までは月1回の健康教室でしたが、地域の介護予防サポーターが「認知症予防のためには、他者と関わる機会を持つことが大切」と考え、健康教室を週1回サロンという形で回数を増やすことにしました。

お話を聞かせていただいた日は朝から吹雪いていましたが、会館前はきれいに除雪されていました。

参加者に話を聞いてみると、「みんな来るかわからなかったけれど、来たときのために会館の前の雪はねをしていた。そしたら1人集まり、2人集まり、気付いたら多くの人が集まっていた」と話され、始まる時間

になると、介護予防サポーターをはじめ13人が集まっていました。

この日のサロンの内容は、介護予防サポーターが中心となって声掛けなどを行いながら、体力や筋力を維持するためのラジオ体操や認知症予防のための頭の体操を行っています。また、運動や体操だけではなく、みんなで踊りや歌を歌い、そのあとは自由時間。花札をしたり、おしゃべりを楽しんでいる参加者の姿がありました。

お昼には、調理に参加できる方が作ってくれたご飯をみんなで食べました。参加者は、毎週サロンを楽しむにしており、「体操も一緒にやる人がいないとなかなか続けられない」「家でも毎日30分体操しているよ」「食事も一人で食べるよりおいしいし、量もたくさん食べられる」とい



った声が聞かれました。
過去には、食事を作る作業の負担が大きいため、昼食を作ることをやめようというお話があったそうです。しかし、参加者のことを考え「みんなでご飯を食べる」ことを大切に、昼食作りを継続されたそうです。そこで少しでも負担を減らそうと「マイ箸、マイコップ持参」で、洗い物の負担を減らすといった工夫をしていました。

また、サロンでは「自分でできることは自分で行う」という考えで行っています。たとえば、お茶を入れてもらうのを待っているのではなく、できる人は自分でお茶を入れるという形を取り、その人の持っている力を維持する関わりをしています。サロンに通うことは、楽しみとやるだけではなく、体力や筋力の維持や持っている力の維持に役立っています。

寺町区町内会のように、身近に楽しく参加できる場があるとすることは、閉じこもりを予防し、認知症予防にも効果的な取り組みと言えます。皆さんも、周りにいる高齢者の方が元気で生活していける地域づくりをしていきませんか。

★ サポーターが介護予防を支援

介護予防とは、「できる限り介護が必要な状態にならないようにする(介護が必要になっても、それ以上悪化させないようにする)」ことです。

誰しも年を取るにより、体は変化していきます。長い距離を歩くことが難しくなったり、身の回りのことをするのに時間がかかる、物忘れが出てくるといったことは多くの方が感じていると思います。

しかし、「年のせいだから」と言って、身体を動かさなかったり、家に閉じこもり人と会わないことが続く、生活機能が低下することがあります。

介護予防は、自分自身の意欲的な取り組みが重要で、生活の中に適度な運動を組み込んで継続することが大切です。一人だけでは限界があります。運動を手助け(サポート)し

てくれる人や仲間、集まれる場があればさらなる予防につながります。高齢者が地域で元気に生活していくための取り組みができるよう、地域包括支援センターでは「介護予防サポーター養成講座」を実施しています。これは、皆さんが生活している身近な場所で介護予防活動を行うことができるよう、サポートしてくれる人材を養成する講座です。



★ 介護予防サポーターの養成講座を開催します

今年度も次の日程で介護予防サポーター養成講座を開催します。

内容は、認知症や介護予防についての講義のほか、町内会などの団体で実施できるレクリエーションや足の筋力低下を予防するための体操など、楽しみながら介護予防についての勉強ができますので、ぜひ参加ください。

皆さんで楽しく介護予防について学びましょう！

■とき・ところ

- 駅前交流プラザ「よるーな」
- ① 2月26日(木) …… 1階中会議室
 - ② 2月27日(金) …… 1階中会議室
 - ③ 3月2日(月) …… 2階会議室3
- ※全3回。いずれも時間は13時30分～15時30分

■内容

- ① 介護について学ぼう、みんなで楽しめるレクリエーション、介護予防についての講義、レクリエーションの体験
- ② 寝たきりの予防のための運動体験、嚙呼体操の体験、指導方法のレクチャー
- ③ 認知症サポーターになろう、認知症サポーターの講座

■対象

講座3回全てに参加でき、講座終了後、地域で活動できる方

■定員

先着20人

※初めての方を優先します。

■申込期限

2月14日(金)

■申し込み・問い合わせ

地域包括支援センター
(名寄庁舎2階)

☎ 01654③2111

(内線3264)

市立大学に新しく 社会保育学科が誕生します

－保健福祉学部の再編強化－

名寄市立大学では、保健福祉学部（栄養、看護、社会福祉の3学科で構成）の再編強化を図るため、平成28年4月に短期大学部児童学科を改組した社会保育学科を保健福祉学部を設置することを決め、平成26年12月、短期大学部児童学科の学生募集をこの春入学する平成27年度入学生を最後に停止することを、文部科学省に報告しました。

社会保育学科を設置することとした経緯などについて、お知らせします。

1 経緯

短期大学部児童学科は、平成18年4月の市立大学開学時、短期大学として存続しましたが、平成20年頃から学内では将来構想の検討が始まり、平成25年度に検討準備会議での協議を経て、平成26年6月市議会議員協議会に設置者である加藤剛土市長が社会保育学科設置計画を報告、青木紀学長が計画の内容について説明しました。

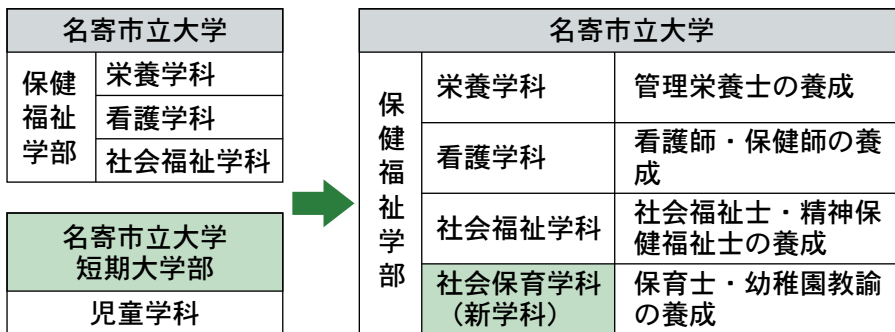
市議会では、7月に2度の総務文教常任委員会での審議ののち、9月には名寄市立大学再編構想調査特別委員会（委員長 駒津喜一議員）が設置され、6度にわたる審議の結果、12月19日市議会定例会最終日に駒津委員長からの社会保育学科設置計画に一定の理解が得られたとする旨の報告を受け、市長が平成28年4月の社会保育学科設置を表明したものです。



2 社会保育学科の概要

- 入学定員 50人
- 授与する学位 学士（保育学）
- 取得可能となる資格・免許
 - ① 保育士資格
 - ② 幼稚園教諭一種免許状
 - ③ 特別支援学校教諭一種免許状

再編成強化の全体図



3 社会保育学科設置の趣旨

現在の市立大学保健福祉学部は、栄養学科、看護学科、社会福祉学科の3学科で構成され、いずれの学科も「ひと」を対象とする支援サービスに優れた能力を備えて携わる人材を育むことを使命としています。

保健福祉学部子どもを対象とする領域に特化した社会保育学科を設置することは、既存3学科と社会保育学科の連携により食育、病児保育、発達障害など、現代的な諸課題に対応する質の高い教育・研究を行うことを可能とし、保健福祉学部のさらなる総合的発展が期待できます。さらに、高齢者に偏りがちな地域のケアのあり方に子どものケアの視点を加えることにより、地域の持続的発展につながります。

また、保育系学科の設置は、道内国公立大学では初となり、保育・幼児教育に携わるリーダーを育てることとは、市立大学の使命であり、社会的ニーズに応えることとなります。



4 社会保育学科の 教育目標

社会保育学科は、「ケアの未来をひらき、小さくてもきらりと光る大学を目指す」という理念の下、次の教育目標を設定します。

- (1) 多様な子どもを理解し、さまざまな困難を抱えながら育つ子どもを支援する技能を身につけた人材を育む。
- (2) 社会的視野から子どもの育ちや権利に関する諸課題を発見し、その解決に向けてリーダーシップを発揮できる人材を育む。
- (3) 子どもに向き合い、子どもに寄り添うことのできる、たくましくしなやかな身体と感性、フレキシビリティを備えた人材を育む。
- (4) 子ども・家庭支援の基礎となるコミュニケーション力を身につけ、他者との関係性を構築できる人材を育む。
- (5) 地域において子どもに関わる他職種間の連携・協働におけるパートナーシップを実践できる人材を育む。

5 教員組織の編制・ 配置計画

社会保育学科の教育は、保育士および幼稚園教諭の養成を軸に、障がいなどのある子どもに関する専門的知識・技能を高めるため、特別支援学校教諭の養成も行つこととしていくことから、14人の専任教員の配置を計画しています。

6 施設整備の基本的な 考え方

社会保育学科の設置に伴う施設整備については、関係する法令、規則および諸規程などを踏まえて保育士および幼稚園教諭の養成に関する教育課程等へ対応するとともに、増加する学生・教員への対応を図り、必要な施設、設備などを整備します。

また、既存施設の有効活用を基本として必要な改修・改造などを行うとともに、改修・改造では対応できない施設は、新たに整備することになり、建築費用で約5億円、備品の購入等で約1億円、合わせて6億円程度の事業費を見込んでいます。

今回の計画は、文部科学省など所管官庁への届出・申請前の計画段階の結果、変更になる場合もあります。

問い合わせ

名寄市立大学事務局総務課

☎ 01654②4194

HP <http://www.nayoro.ac.jp/>

市民説明会

社会保育学科設置計画の概要・名寄市の財政運営などを詳しく説明します。市民の皆さまの貴重なご意見をお願いします。

(1) 名寄会場

とき 2月10日(火) 1回目 14:00
2回目 18:30

ところ 駅前交流プラザ「よーな」(東1南7)

(2) 風連会場

とき 2月12日(木) 18:30

ところ ふうれん地域交流センター(風連町本町63)

※申し込み不要。直接会場にお越しください。

皆さんの
意見を反映する

パブリック コメント

市民意見を募集します

市では、市民参加のまちづくりを推進するため、「名寄市パブリック・コメント手続条例」に基づき、次の2つの素案を公表しています。皆さまのご意見をお寄せください。

意見募集する

素案など



名寄市子ども・子育て支援事業計画(素案)

▼政策案の概要など

子ども・子育て支援事業計画は、教育・保育および地域子ども・子育て支援事業の提供体制を整備し、子ども・子育て支援給付および地域子ども・子育て支援事業の円滑な実施の確保、その他子ども・子育て支援のための施策を総合的に推進するための基本的な指針を定めるものです。市では、子ども・子育て支援法第61条第1項に規定する「市町村子ども・子育て支援事業計画」として位置づけられる「名寄市子ども・子育て支援計画」の策定を進めています。教育・保育事業に対するニーズに
応えていくための体制づくりを推進するために、名寄市子ども・子育て

会議において5カ年(平成27～31年度)の計画素案をまとめ、幼児期における学校教育・保育および地域子ども・子育て支援事業の量の見込み、提供体制の確保の内容およびその時期などを定め制定するものです。

▼意見提出期限

2月10日(火)

▼担当

健康福祉部こども未来課

(名寄庁舎2階)

☎01654③2111

(内線3244)

名寄市新型インフルエンザ等対策行動計画(素案)

▼政策案の概要など

平成21年6月に策定された現行の「名寄市新型インフルエンザ対策行動計画」を、平成25年4月に施行(平成24年5月公布)された「新型インフルエンザ等対策措置法」の規定に対応するよう改定を行うものです。

本市における新型インフルエンザ等対策として基本的方針や役割分担等を定め、発生段階ごとに、①実施

体制②サーベイランス・情報収集③情報提供・共有④予防・まん延防止⑤予防接種⑥医療⑦市民生活・市民経済の安定の確保の7つの分野に分けて名寄市が実施する対応を定めるものです。

▼意見提出期限

2月24日(火)

▼担当

健康福祉部保健センター

☎01654②1486

公表と 意見提出



公表の方法

▼名寄市ホームページでの閲覧

URL www.city.nayoro.lg.jp/

トップページ↓各種情報↓パブリックコメント

▼指定場所での閲覧

①市役所(名寄庁舎、風連庁舎、智恵文支所)

②図書館(名寄本館・風連分館)

③北国博物館

④市立大学の情報公開コーナー

⑤市民文化センター

⑥ふうれん地域交流センター

⑦駅前交流プラザ「よろーな」

⑧総合福祉センター
⑨保健センター
⑩ふうれん健康センター
※⑨⑩は「名寄市新型インフルエンザ等行動計画(素案)」のみ

意見の提出

▼提出方法

指定場所に備え付けの「意見提出用紙」に住所、氏名を明記し、持参またはファックス・郵送・電子メールで提出。

※「意見提出用紙」は市ホームページからもダウンロードできます。

▼提出先

郵送・ファックス

【子ども・子育て支援事業計画について】

〒096-8686

名寄市大通南1丁目1番地

名寄市役所(名寄庁舎2階)

健康福祉部こども未来課

Fax 01654⑨2089

【新型インフルエンザ等対策行動計画について】

〒096-0032

名寄市西2条北5丁目

名寄市保健センター

Fax 01654②7267

電子メール

✉ ny-publiic@city.nayoro.lg.jp

連載

知っていますか？

自治基本条例

No.4

今月号では、「名寄市自治基本条例」が定める「まちづくりの基本原則」について紹介します。

市民参加

子どもや青少年のまちづくりへの参加 (第5・6条)

- ・まちづくりは、市民の参加によって行われる。
- ・市は、市政に関する企画立案、実施および評価の各段階において、市民参加を保障しなければならない。
- ・市民参加は、性別、国籍、年齢、心身の状況、社会的経済的環境などの違いにかかわらず、平等な権利を有する。
- ・子どもや青少年は、それぞれの年齢にふさわしい形でまちづくりに参加する権利を有する。
- ・市民および市は、子どもや青少年がまちづくりに参加できるように配慮する。

具体的な取り組み

- ・パブリック・コメントの実施
- ・各種委員会委員の公募 など

情報共有(第7条)

- ・市民は、まちづくりに必要な情報を市から提供を受けたり、自ら取得する権利を有する。
- ・市民は、まちづくりに必要な知識を学ぶ権利を有する。
- ・市は、情報共有に関する市民の権利を尊重しなければならない。
- ・市は、市政に関する意思決定の過程を市民に明らかにしなければならない。
- ・市は、まちづくりの情報を積極的かつ速やかに市民に提供し、わかりやすく説明する責務がある。
- ・市は、市民がまちづくりに必要な知識を得るための学習環境を整備するよう努めなければならない。

具体的な取り組み

- ・広報などの発行
- ・懇談会の実施
- ・セミナーの実施 など



連携・協力(第8条)

- ・市民および市は、それぞれの役割や責任を分担し、相互理解のもと、連携・協力してまちづくりを進める。

コミュニティ自治

(第9条)

- ・市民および市は、地域の特性を踏まえ、コミュニティの自主性や自立性を尊重しなければならない。

自主自立の市政運営

(第10条)

- ・市は、国から独立した自治体として、このまちの地域的特性や市民の利益を最重視する立場から、国に対して、まちづくりに関する正当な自らの権利を主張し、意見を表明する。



問い合わせ

企画課企画調整係

(名寄庁舎3階)

☎01654③2111

(内線3308)

FAX 01654③9083

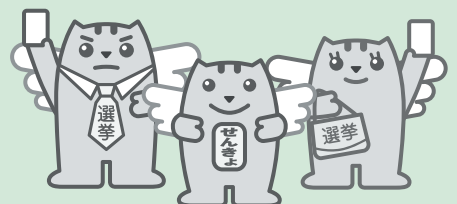
✉ny-kikaku@city.nayoro.lg.jp

統一地方選挙のお知らせ

4月12日(日)は北海道知事および北海道議会議員選挙、26日(日)は名寄市議会議員選挙が行われる予定です。道議および市議会議員選挙の立候補予定者説明会はそれぞれ3月中に開催予定です。

●立候補できる人(刑罰等で被選挙権のない人を除く)

- ・北海道知事選挙 …… 選挙期日に満30歳以上の日本国民
- ・北海道議会議員選挙 …… 選挙期日に満25歳以上の日本国民で道議会議員の選挙権を有する人
- ・名寄市議会議員選挙 …… 選挙期日に満25歳以上の日本国民で市議会議員の選挙権を有する人



問い合わせ 名寄市選挙管理委員会事務局 ☎01654③2111 (内線3322)



名寄市立大学の窓から知への誘い

「子どもの権利条約」をどう生かすか

保健福祉学部 社会福祉学科 教授 松倉 聡史としひら

vol.26

「子どもの権利条約」の生みの親といわれる「ルチャック」は、「子どもはだんだんと人間になるのではなく、すでに人間である」という「子どもの発見」をしたと言われている。つまり、彼は「子ども＝明日の人間」ではないと言っている。「子ども＝未来の人間・未来の労働者・未来の市民」批判をしている。一方で、「大人も大きな子どもである」として、「あなた自身もひとりの子どもであることに気づかねばなりません」とも言っている。

「子どもの権利条約」の特徴は、これまで子どもをもつばら保護する対象としてきたが、子どもをひとりの人間として尊重し、しかも権利を行使する主体とする「子ども観」への転換がなされたという画期的意義にある。「子どもの権利条約」には有害労働からの保護（第33条）、虐待からの保護（第34条）といった「保護」の条文もあるが、意見表明権（第12条）、表現の自由（第13条）、思想・良心・宗教の自由（第14条）といった市民的（自律的な）権利の行使主体であることに特徴がある。

子どもの権利に対するバックラッシュ現象も生じていて、子どものわがままを助長するとか、子どもは未成熟で、単なる保護の対象でしかないとの主張もある。また、子どもの権利には保護と自律の両方を必要としているとし、子どもの自律を尊重しつつ子どもへの指導（支援）を統一的に理解すべきであるという議論もある。「子どもの権利条約」を生かす道として、「子どもにやさしいまちづくり」と「子どもにやさしい学校づくり」があげられる。「子どもにやさしいまちづくり」とは、ユニセフの戦略としての「子どもの権利条約」を推進する自治体の取り組みであり、日本でも総合条例、個別条例などを合わせると100を超える条例が制定されている。「子どもにやさしいまちづくり」は、あらゆる階層にとってもやさしいまちづくりであり、子どもの生活を向上させ、現在の、そして未来のコミュニティをよりよく変えていくところにある。しかし、若者の多くが都会に向かっていているが保健、衛生などの環境面で若者の必要とするものを提供できない可能性があり、過疎地域でも

農業支援、就業機会が提供できないなどの深刻な課題が山積している。

学校でも学力競争社会のもと、子どもの貧困、いじめ・体罰などが問題になっている。韓国においては「子どもの権利条約」を生かした革新学校として、給食費の無償化、競争ではなく、共に学び合う教育、生徒参加の自治を尊重した「子どもにやさしい学校づくり」が進んでいる。

新年早々、道内の高校生らが「北の高校生会議」を開催し、地域活性化をテーマに北海道の魅力を語り、貧困、原発、教育について自らの視点で意見交換したという記事を目にした。子どもと大人がパートナーとして持続的な未来をつくっていくことが今、求められているのではないだろうか。



図書館的話題・震災文庫

今年には阪神・淡路大震災から20年という節目です。震災後、神戸大学附属図書館では震災に関する出版物はもちろん、手書きのチラシに至るまで、あらゆる資料を網羅的に収集・整理し、「震災文庫」を構築しました。その後、東日本大震災においても地元図書館がそのノウハウを生かして資料収集にあたるなど、神戸大学附属図書館の取り組みが一つのモデルになりました。神戸大学附属図書館の「震災文庫」はデジタルアーカイブとして公開されていますので、インターネットで見ることができます。また、本学図書館分館では、阪神・淡路大震災関連図書を2月17日(火)まで展示していますので、ぜひご覧ください。

大学図書館にはこんな本があります

- ～子どもの権利に関する図書～
- 『世界の子どもたちに今おきていること』 葉祥明 きこ書房
- 『子どもにやさしいまちづくり』 喜多明人ほか 日本評論社
- 『子どもの権利 アジアと日本』 荒牧重人ほか 三省堂



- 市立大学図書館 開館時間変更のお知らせ
2月7日・14日の土曜日は開館(9:00～16:00)
2月16日(月)～4月6日(月)は短縮開館(9:00～19:00)
- 問い合わせ 名寄市立大学図書館 ☎01654②4199
本館：内線3114 分館：内線2200

わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

番外編

「サークル便利帳」 を更新します 掲載してみませんか？



▲名寄ピヤシリクロスカントリースキー少年団

「サークル便利帳」をご存じですか。市内の文化やスポーツなどの団体・サークルの活動を紹介し、市民の学習の一助になればとの思いから、団体・サークル情報誌「サークル・サー来る」を昭和63年(初版)に発刊。それ以降、3年ごとに更新してきました。

「サークル便利帳」は、「サークル・サー来る」を母体に、平成21年度にコンパクト化して、名前を変更したもので、平成24年度版(第9号)まで発行しています。

現在、平成27年度版(第10号)の発刊準備を進めています。掲載中のサークルは情報の更新を行いますが、新規で掲載のサークルも募集しています。「会員を増やしたい」「多くの人に活動を知ってもらいたい」と考えているサークルなどは、この機会に「サークル便利帳」に掲載してみませんか。

「サークル便利帳」の掲載申請内容は下に記載のとおりです。申請用紙は、市民文化センターに設置しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。様式は任意でも構いませんので、市民文化センターへ持参またはFAXで提出してください。

さらなる内容の充実を図るため、団体・サークルの情報提供をお願いします。

「サークル便利帳」に掲載する内容

- ・種別(種別一覧から選択)
- ・団体名、サークル名
- ・会員数
- ・活動日時
- ・おもな活動場所
- ・入会金、会費
- ・連絡先
- ・その他(ひと言やPRなど)

※掲載可能な活動風景などの写真があれば提供ください。

※申請内容は、団体・サークルの紹介以外の目的には使用しません。

種別一覧

- | | |
|---------|----------|
| ・生涯学習一般 | ・短歌 |
| ・絵画 | ・俳句 |
| ・美術 | ・写真 |
| ・書道 | ・茶道 |
| ・手芸 | ・華道 |
| ・陶芸 | ・園芸 |
| ・工芸 | ・自然 |
| ・合唱 | ・趣味 |
| ・歌謡 | ・料理 |
| ・民謡 | ・健康、美容体操 |
| ・詩吟 | ・太極拳 |
| ・洋器楽 | ・スポーツ |
| ・邦器楽 | ・軽スポーツ |
| ・演劇 | ・外国語 |
| ・社交ダンス | ・文芸 |
| ・フラダンス | ・その他 |
| ・バレエ | (具体的に) |
| ・日本舞踊 | |
| ・その他の舞踊 | |

●問い合わせ・申請提出先

生涯学習課文化振興係
(市民文化センター内)

☎ 01654②2218

FAX☎01654②2356



▲ウインドアンサンブル ソラエ

博物館



北国博物館(緑丘222)
 ☎ FAX 016554②2575
 ☎ 〒711-0165 富山県砺波市緑丘222
 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)
 ※見学は北国博物館へ連絡

企画展(無料)

【第31回特別展】

「見てさわって!大化石展」
 風連地区出身の上手三男さんから、これまでに寄贈された多くの化石の中から約600点を展示します。
 三葉虫、アンモナイトをはじめ、いろいろな化石を手にとって見ることもできます。

●とき 2月15日(日)まで

●ところ 北国博物館ギャラリー

●ところ 北国博物館ギャラリー

2015

スノーラントなど、雪の灯りを窓越しに眺めながら楽しむ名寄ならではの音楽会です。

今回は名寄白樺合唱団の皆さんの出演で、豊かな混声合唱をお楽しみください。

●とき 2月21日(土) 18時~19時30分(開場17時30分)

●ところ 北国博物館ギャラリー

●出演 名寄白樺合唱団(高)

橋勝明団長 18人

●曲目 「雪のふるまを」「ペチカ」「アヴェマリア」など



体験教室「雪と遊ぼう!」

冬も元気に外遊びを楽しみましょう!

雪のブロックを積み上げて造る家「イグルー」のほか、雪や寒さを活かした遊びや野外活動を体験できる教室です。

●とき 3月7日(土) 9時30分~12時

●ところ 北国博物館周辺

●内容 イグルー作り、そり遊び、ふりふりアイスクリーム作りなど

●対象・定員 小学生以上先着20人(低学年は保護者同伴)

●参加料 無料

●協力 道北自然観察指導員会

●申込期間 2月10日(火)~28日(土)

児童センター



児童センター
 「ほっこり」(西11北2)
 ☎ FAX 016554③3465

冬をたのしもう!

みんなで外で元気に遊ぼう!

●とき 2月21日(土) 13時30分~15時30分

●ところ 児童センターグラウンド

●対象・定員 小学生20人

●持ち物 外で遊べる格好(防寒具上下、手袋、帽子など)

ひなまつり

ひなまつりにみんなでカレー作りをして、楽しもう!

●とき 2月28日(土) 10時~12時

●ところ 児童センター調理室

●対象・定員 小学生16人

●参加料 300円

●持ち物 エプロン、三角巾、上靴、自分が食べる量のご飯



共通事項

●申込方法 なよろっこ2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。

※又を「楽しもう!」のみ電話で申し込み可。

※参加料がある場合は申し込み時に支払いをしてください。

●申込期間 2月7日(土)~14日(土)

図書館



図書館名寄本館(大通南2)
 ☎ 016554②4751
 FAX 016554②4897
 開館 火・金 9時30分~17時
 水・木 9時30分~20時
 ※17時以降は1階のみ
 土・日 9時30分~16時
 休館 月・月末・祝・年末年始

図書館風連分館(風連町南町84)
 ☎ FAX 016555③2871
 開館 月~金 9時30分~17時
 土 9時30分~16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。

自動車文庫「やまゆり号」2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・幼稚園などへの運行のみとなります。

《風連地区》

10日(火)	東風連地区(東風連小学校)	10:15~10:35
	市街地区(野村様宅前)	11:00~11:10
19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

名寄本館

ミニ展示コーナー

「いろいろなおにたち」
 「2月5日は、プロ野球の日」

本の読み聞かせなど

●おはなしクラブ(土曜日)

●とき 2月14日 13時30分

●対象 3歳以上小学生

●ペンギンクラブ(木曜日)

●とき 2月5日、19日 10時30分

●対象 3歳未満児・保護者

●内容 あそび・リズム絵本・しかけ絵本

2月の休館日

2日(月)、9日(月)、11日(水)、16日(月)、23日(月)、25日(水)~28日(土)

※25~27日は特別整理日

風連分館

ミニ展示コーナー

「今日から始める健康法」

本の読み聞かせなど

●おはなしタイム(水曜日)

●とき 2月4日、18日、25日 15時

●対象 小学生

●おはなしポケット(金曜日)

●とき 2月13日、20日、27日 10時

●対象 幼児と保護者

2月の休館日

1日(日)、8日(日)、11日(水)、15日(日)、22日(日)、28日(土)

まなびの部屋

- **公民館** 市民文化センター (西13南4)
01654②2218
FAX 01654②2356
- **市民文化センター** 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)
ふつれん地域交流センター内
01655③2620
FAX 01655③2321
- **「名寄ピヤシリ大学」** 健康、福祉、法律など知っておくと便利な知識や名寄のまちづくりなどについて幅広く学べます。また、体育祭、大学祭など楽しい行事が盛りだくさん！
大学(4年間)を卒業すると大学院(2年間)に進学することができま。
- **入学資格** 市内にお住まいの60歳以上の方
- **定員** 30人
- **修業年数** 4年間
※授業は原則として毎月第2・4火曜日(年間20回程度)
- **学費** 無料
※ただし、教材費、自治会費など自己負担です。
- **学習内容** 一般教養、社会学、実技、奉仕活動、体育祭、大学祭、遠足、クラブ活動自治

- **会活動など**
- **入学式** 4月下旬
- **申し込み** 2月1日(日)から
- **「ジャックの豆事業」** 市民の皆さまのグループ・サークル活動を応援します！
- **対象** 市民5人以上で構成される自主的な学習グループ・サークル
- **用途** 参加者を一般募集して行う学習会、講習会、講演会などの活動等
- **要件** 1グループにつき年間1回(3年間助成を受けている場合は、その後3年間は受けられません)
- **助成額** 対象経費の2分の1以内の額(限度額2万円。1000円未満は切り捨て)
- **対象経費** 消耗品費、講師謝礼、旅費、借上料、その他必要と認める経費
- **申し込み** 随時受付

風連公民館
冬のアウトドア&
料理体験教室

- **と き** 2月22日(日)
- **集合** 7時30分集合
15時40分到着・解散
- **移動** バスで移動します。(ふつれん地域交流センターで集合・解散)
- **中止** 天候により中止や内容・時間が変更する場合があります。
- **と ころ** 朱鞠内湖、ふれあい家「まどか」

- **内容** 午前フカサギ釣り(午後)手打ちそば作りとスノーモービル体験
- **講師** NPO法人シヨマリナイ湖ワールドセンター スタッフ
- **募集人数** 先着20人
- **参加費** 大人1900円、中学生以下1350円(幼児無料)
- **申し込み** 釣り具と餌を持参する場合は600円引き。
- **注意事項** ※小学生以下は保護者同伴。
- **持ち物** 防寒具(スキューエアなど暖かい服装、タオル、エプロン、三角巾(髪を覆うもの)、飲み物、おにぎり(昼食用)など
- **申込締切** 2月19日(木)

- **天体観望**
- 月面が見える期間 1日(日)～6日(金)、21日(土)～28日(土)
- 今月見える惑星 金星、木星、天王星
- ※晴れている昼間に見ることが出来る星もあります。
- 1.6メートル「ピリカ」望遠鏡見学・観望
- 見学のみ 1日(日)～28日(土) 開館時間～16時30分頃
- ※休館日を除く
- 天気が良ければ星が見れる日 1日(日)、6日(金)～8日(日)、13日(金)～15日(日)、20日(金)～22日(日)、27日(金)、28日(日) 16時30分頃～20時

- **天文台** なる市立天文台「きたすばる」(日進17道立サンピラーパーク星見の丘)
01654②3956
FAX 01654②0267
E: kiasubar@navoro-star.jp
HP: http://www.navoro-star.jp
開館 火～日・祝 13時～20時(19時30分までに入館)

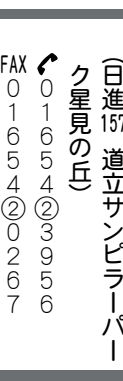
- **2月の利用案内**
- **休館日** 2日(月)、9日(月)、12日(木)、16日(月)、23日(月)
- **観覧料** 大人410円、大学生300円、70才以上および高校生以下無料

時間	平日プログラム	土日祝日プログラム
14:00	ドリーム トゥ フライ	ズーラパトロール ～カプービールビーの伝説～
16:00	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～
18:00	ドリーム トゥ フライ	ドリーム トゥ フライ
19:00	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～	銀河鉄道999 ～赤い星ベテルギウス～

- **木星観望会(観覧料のみ)**
- **と き** 2月17日(火)～22日(日) 18時～20時

オリオン座のお隣、
いっかくじゅう座にある
ばら星雲は写真に撮
ると美しいバラのよう
に見えます。

2014年11月25日撮影
(撮影者 中島克仁)



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

2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47分	16時41分	14時20分	4時30分	4日	○満月
10日	6時36分	16時53分	22時59分	9時16分	12日	●下弦
20日	6時21分	17時07分	6時46分	18時49分	19日	●新月
28日	6時08分	17時18分	12時16分	2時27分	26日	●上弦

健康

- Healthy Guide -

ガイド

インフルエンザの予防

インフルエンザが例年より早く流行しています。

潜伏期間は1～5日（最大7日間）で、インフルエンザにかかった人の咳、くしゃみをしたときのしぶきに含まれるウイルスを鼻やのどから吸い込み感染します。また、汚染された物を触って感染する場合があります。

のどの痛み、鼻水、くしゃみや咳などの風邪に似た症状のほか、突然38℃以上の発熱や頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が現れます。気管支炎、肺炎、脳症など重症化することもあるので、高齢者や乳幼児は特に注意が必要です。

インフルエンザの可能性がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

■予防のポイント

外出後は

手洗い・うがいを

外出後は「手洗い」と「うがい」で、身体に付着したウイルスを洗い流しましょう。

家の温度・湿度

室温…20～24℃程度
湿度…60％
に調節して室内の乾燥を防ぎ、ウイルスを侵入しづらくしましょう。

抵抗力を

高めましょう

休養と栄養を十分にとって体力をつけ、インフルエンザに対する抵抗力を高めましょう。

外出時はマスクを

マスクを着けて鼻とのどにうるおいを与え、ウイルスを侵入しづらくしましょう。また、できるだけ人ごみを避けましょう。

予防接種を受けましょう

予防接種を流行前に受けて、重症化を予防しましょう。65歳以上の方や、60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能に障がいや有する方に費用の一部助成があります。
※希望により受ける接種です。



■うつさないためのポイント

咳・くしゃみが出始めたら

他の人にうつさないためにマスクをしましょう。

咳やくしゃみでウイルスが2～3メートル飛び散ります。



咳・くしゃみをしているとき

ティッシュなどで口や鼻を押さえ、鼻水、痰を含んだティッシュはフタ付のごみ箱に捨てましょう。押さえた手はよく洗いましょう。

※市内の幼稚園、小・中学校におけるインフルエンザ臨時休校の状況は、市ホームページで随時お知らせします。

子宮がん・大腸がん検診のご案内

大腸がん検診は30歳以上の方が対象です。

子宮がん検診は20歳以上の女性で、平成25年度に受診していない方が対象です。

どちらも5月に該当の方に配布した「無料クーポン券」が利用できます。

■と き 3月10日(火)

子宮がん検診 → 受付時間 9:00～14:30

大腸がん検診 → 受付時間 11:30

■ところ 保健センター

※料金などの詳細については、お問い合わせください。

※すでに定員に達している場合があります。その際はご了承ください。

申し込み・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

2月1日 名寄市立総合病院

☎01654③3101

なよろ眼科

☎01654③0746

8日 吉田病院

☎01654③3381

11日 名寄東病院

☎01654③2188

15日 名寄三愛病院

☎01654③3911

22日 あかいし内科医院

☎01654③7177

3月1日 名寄市立総合病院

☎01654③3101

8日 あかいし内科医院

☎01654③7177



…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



2月

3日(火) 7カ月児健診・BCG

5日(木) ちびっこひろば①

12日(木) ちびっこひろば②

13日(金) 親子ふれあいひろば

16日(月) 股関節脱臼検診

17日(火) 1歳6カ月児健診

18日(水) のびのび親子教室

19日(木) ちびっこひろば③

23日(月) 風連幼児健診

25日(水) 赤ちゃん計測日

26日(木) ちびっこひろば④

27日(金) 親子ふれあいひろば

お母さん教室①

※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おもな行事

名寄市子育て支援センター合同

●「親子お出かけバスツアー」

- ・とき 3月13日(金)
- ・ところ 旧風連日進保育所
- ・内容 お弁当持参のバス遠足(参加費無料)
- ・申込方法 市内各子育て支援センターへ直接または電話で申し込みください。
- ・申込締切 2月27日(金)



「さくらんぼ」

(東保育所内 ☎01654②5683)

2・3月の行事

●開催場所は次のとおりです

- ・月・火・金曜日 市民文化センター
- ・水曜日 東保育所(ぴよぴよランド)
- ・木曜日 児童センター「ほっと21」

※場所が変更になることがあります。詳しくは問い合わせください。

●親子講座「茶話会」

- ・とき 2月17日(火) 10:00~11:30
- ・ところ 駅前交流プラザ「よろーな」
- ・内容 子育ての悩みや喜びをお茶を飲みながら気軽にお話ししましょう。

※託児あり。事前申し込みをしてください。(定員10人になり次第締め切ります)

●父親参加行事「親子雪遊び会」

- ・とき 2月21日(土) 10:00~11:00
- ・ところ 名寄東小学校グラウンド
- ・内容 お父さんも一緒にソリ遊びや簡単なゲームをして雪の中で遊びましょう。

※2月10日(火)までに事前申し込みをしてください。

●親子遊びの広場「おひな様の製作」

- ・とき 2月24日(火) 10:00~11:30
- ・ところ 児童センター「ほっと21」
- ・内容 親子でかわいいおひなさまを作りましょう。

※事前申込不要。

※ぴよぴよランドの方は25日(水)に行きます。



「ちゅうりっぷ」

(名寄大谷認定こども園保育園内 ☎01654⑧7711)

2月の行事

●ファミリーひろば(土曜日開放)

「お店屋さんごっこ」

- ・とき 2月7日(土) 10:00~11:30
- ・ところ 名寄大谷認定こども園幼稚園ゆうぎ室
- ・内容 交代でお店屋さんやお客さんになって買い物を楽しみます。



●のびのびひろば「身体測定」

- ・とき 2月18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 身長・体重を計り、手形をとります。

●親子遊びのひろば「ひなまつり製作」

- ・とき 2月23日(月) 9:00~10:30
- ・ところ 名寄大谷認定こども園保育園2階
- ・内容 おひな様・おだいり様を作ります、また、おひな様・おだいり様になって、写真を撮るコーナーも用意します。

「こぐま」

(風連さくら保育園内 ☎01655③2378)

2・3月の行事

●親子遊びの体験教室「親子リズム体操」

- ・とき 2月5日(木) 10:00~11:30
- ・ところ さくら保育園
- ・内容 リズムに合わせて親子で身体を動かします。

●親子遊びの体験教室「おひな様製作」

- ・とき 2月19日(木) 10:00~11:30
- ・ところ さくら保育園
- ・内容 おひな様の製作をします。

●親子遊びの体験教室「雪中レクリエーション」

- ・とき 3月5日(木) 10:00~11:30
- ・ところ さくら保育園グラウンド
- ・内容 親子で簡単なゲームをして遊びます。



がん患者サロン 「よりみち茶話会」のご案内

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・そのご家族であればどなたでも参加できます。

- とき 2月26日(木) 13:30~
- ところ 市立総合病院 2階和室
- 内容 「治療中・治療後、脱毛の悩みはどうしていますか？」
- 申し込み・問い合わせ
市立総合病院 地域医療連携室
☎01654③3101(代)

健康づくり体操教室のお知らせ

- ・とき 2月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木) 9:30~11:15
- ・ところ 総合福祉センター(西1南12)
- ・対象 おおむね60歳以上の方
- ・内容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術
- ・申し込み 当日会場で受け付けます。(上靴を持参ください)
- ・問い合わせ 高齢介護課高齢福祉係(名寄庁舎2階)
☎01654③2111(内線3231)

＊ ポジティブ・アクションとは ＊

固定的な性別による男女の役割分担意識や過去の経緯から

営業職に女性はほとんどいない

課長以上の管理職は男性が大半を占めている

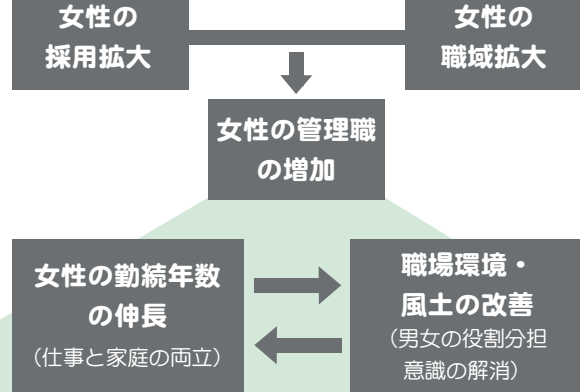
などの差が男女労働者の間に生じている場合、このような差を解消しようと、個々の企業が行う自主的かつ積極的な取り組みをいいます。

- ・女性に活躍してもらいたい
- ・女性に継続して働いてもらいたい
- ・女性に新しい仕事をしてもらいたい
- ・優秀な女性をもっとうまく育てたい



と考えていませんか？
人材の能力がフルに発揮されれば、企業にとって大きなプラスになります。

ポジティブ・アクション5つの取り組み



※「女性の採用拡大」と「女性の職域拡大」とは密接に関係しており、これらの取り組みが進んでいると「女性の管理職の増加」も効果的に進められます。「女性の勤続年数の伸長」と「職場環境・風土の改善」はこれらの取り組みを支えるものです。

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3305) FAX 01654②5644 ✉ ny-mwkyodo@city.nayoro.lg.jp

天塩川だより

定住自立圏の構成市町村のイベントを紹介します



士別市

第60回しべつ雪まつり

- ・とき 2月7日(土)、8日(日)
- ・ところ 士別中央公園特設会場(士別市東2-4)
- ・問い合わせ 士別観光協会
☎ 0165(29)2225

和寒町

第26回『元祖越冬キャベツの里』

わっさむ極寒フェスティバル

- ・とき 2月1日(日)
- ・ところ ふれあいのもり(和寒町字三笠)
- ・問い合わせ 和寒町観光協会
☎ 0165(32)2341

わっさむ越冬キャベツパルーンミーティング

- ・とき 2月15日(日)
- ・ところ 和寒町総合体育館周辺(和寒町字三笠)
- ・問い合わせ 和寒熱気球クラブ
☎ 0165(32)2173

下川町

第41回しもかわアイスクャンドルミュージアム

- ・とき 2月20日(金)~22日(日)
- ・ところ 万里長城(桜ヶ丘公園)
- ・問い合わせ NPO法人しもかわ観光協会
☎ 01655④2718

美深町

びふかウィンターフェスタ'15

- ・とき 2月15日(日)
- ・ところ 美深町運動広場(美深スキー場前)
美深スキー場(美深町敷島)
- ・問い合わせ 美深町観光協会
☎ 01656⑨2470

幌加内町

天使の囁き記念日イベント

- ・とき 2月7日(土)
- ・ところ 母子里クリスタルパーク(幌加内町母子里)
- ・問い合わせ 天使の囁きを聴く集い実行委員会事務局
☎ 0165(35)3366

ショコラバターモチ

バレンタインのプレゼントにも
ぴったりの1品



【材料】 1台(15センチ×15センチ正方形型)分
16等分1切れあたり 約106Kcal

もち粉…………… 130g 牛乳…………… 1カップ
ベーキングパウダー…………… 30g
…………… 小さじ1 チョコレート(板チョコ)
砂糖…………… 90g …………… 1枚
卵…………… 1個 …………… くるみ…………… 20g

【作り方】

- ❶ ボウルにもち粉、ベーキングパウダー、砂糖を入れてよく混ぜ合わせる。※1
- ❷ 別のボウルに卵を割りほぐして軽く泡立て、さらに牛乳を加えてよく混ぜ合わせる。※2
- ❸ バターを耐熱の器に入れ、電子レンジで加熱して溶かし、※2に加えて混ぜ合わせる。※3
- ❹ ※3に※1を加えてよく混ぜ合わせてから型に流し入れ、手で細かく砕いたチョコレートときざんだくるみをちらし、180度に温めたオーブンで1時間ほど焼く。

遠くハワイのローカルスイーツ「バターモチ」。ハワイでももち米のスイーツは大人気です。もち粉を使うことで中はもちり、外はカリカリの面白い食感が楽しめるケーキです。食べやすい大きさに切ってラッピングすれば、バレンタインのプレゼントにもぴったりです。

レシピ制作：範國 有紀(料理研究家)
レシピ協力：古都 丞美(名寄市立大学 栄養学科助教)

名寄のもち米を使った美味しいレシピ

#16



毎月10日は「名寄もち米の日」

「もっと！もち米プロジェクト」

市内には、通年でもち米メニューを提供している店が7店あります。新メニューの開発にかかわった料理人にインタビューしました。今月で最終回です。

グランドホテル藤花 福鶴亭(西5南4) 松田睦祐さん
メニュー開発の話し合いで、「昔は11月頃に『いとこ煮』という料理を母に作ってもらい、おやつとしていつも食べていた」という話が出ました。これにヒントを得て、もちの中に「いとこ煮」を入れることにしました。

「いとこ煮」は、山形から名寄に入植した農家に伝わる郷土料理で、9・10月に収穫したかぼちゃがおいしくなる11月に、小豆やもち米と一緒に煮てほんの少し砂糖で甘みを加えた素朴な料理です。ある人にとっては懐かしく、初めての人には新しい味です。

地域に古くから伝わり、地元の産品を活かしたスローフードとして、この料理が名寄の人たちに伝わっていくといいです。



わらべ定食 (1,620円)

問い合わせ
名寄市食のモデル地域実行協議会
☎01655③2511(内線311)



平成26年度 名寄市青少年健全育成標語入選作品②

市内の小・中学校と高等学校から892点の応募があり、16点が入選しました。先月号に引き続き受賞作品を紹介します。

【小学校の部】 優秀作品

笑顔はね 皆が繋がる 宝物
名寄小学校6年 松本 莉花

希望には 未来を開く カギがある
名寄南小学校5年 難波 由菜

ありがとう 言葉一つで 笑顔咲く
名寄東小学校6年 阿部 愛奈

団結し みんなで築こう 幸せを
名寄西小学校6年 横澤 隼

あいさつは ころところ つなぐもの
豊西小学校4年 與田 大成

助け合い 君とぼくとの 架け橋に
智恵文小学校5年 阿部 翼

思いやり 広がっていく 笑顔の輪
風連中央小学校6年 佐々木柚菜

ともだちは みんなのころの たからもの
風連下多寄小学校1年 新田 莉央

ともだちは なくてはならない たからもの
東風連小学校3年 岩崎 里胡

問い合わせ 青少年センター ☎01654③3465

12/20 (土)
クリスマスフェア



駅前交流プラザ「よろーな」をメイン会場に開催。この日は剣淵町から来たポニーの馬そりで駅前商店街を巡るなど会場に訪れた人々はクリスマス気分を味わっていました。

12/18 (木)
手編みの靴下を南相馬市へ



麻布町内会婦人部が南相馬市の方へ寄贈したいと手編みの靴下約200足とひざ掛け6枚などを寄附。それらは市を通じて南相馬市の社会福祉法人へ送られました。

12/25 (木)
4人目の地域おこし協力隊農業支援員



委嘱状交付式が風連庁舎で行われ、千葉県出身の清水洋さんが委嘱されました。清水さんは今後、風連日進地域を拠点に新規就農に向けた研修などに従事します。

12/23 (火)
第20回名寄クロスカントリー大会



道内外から中学、高校、一般の部あわせて401人がエントリー。コース脇にいる保護者やコーチからの声援を受けながら、選手たちはゴールを目指しました。

12/27 (土)
杉並の子どもたちが名寄の冬を体験



小学生名寄自然体験交流事業で杉並区の小学生24人が26日から28日まで本市を訪れました。27日には北国博物館で市内の小学生19人と一緒に冬の森を探検するなどしました。

12/26 (金)
鏡餅が寄贈されました



名寄市もち米生産組合が今年1年の感謝の気持ちを込めて今年収穫した「はくちょうもち」を使用した鏡もちを名寄庁舎・風連庁舎へ寄贈しました。

市ホームページ「フォトでお知らせ」、市公式facebookでもまちの話題をお知らせしています。ぜひご覧ください。

1/8 (木)
新春こども書き初め広場



市民文化センターで行われ、幼児から中学生まで31人が参加。子どもたちは講師などから筆の使い方などを教わりながら、一字一字に力を込めて作品を仕上げていきました。

1/5 (月)
新年を祝い交礼会



名寄・風連地区で新年を祝って交礼会が行われました。祝杯などには、名寄産のもち米を使用したお酒や本みりん、それらで作ったお屠蘇などが用意されました。

1/10 (土)
なよろ地域スポーツフォーラム



市と名寄市利雪親雪推進市民委員会が主催し開催。参加者はフォーラムを通し選手の育成についてや地域を生かしたスポーツ振興についてなど理解を深めました。

1/10 (土)
ジュニアカーリング合宿



10日から12日にかけて本市で行われ、道内のカーリング協会に所属するジュニア選手50人が参加。選手たちのレベルアップが期待される合宿となりました。

1/11 (日)
平成27年度名寄市成人式



市民文化センターで成人式が行われ、新成人191人が華やかな振り袖やドレス、スーツに身を包み20歳の門出を共に祝いました。

1/10 (土)
新年を祝ってもちつき大会



2015輝け！新春なよろもちつき大会が駅前交流プラザ「よーな」で開催。会場に訪れた人々はつきたてのもちや名寄産もち米使用のお酒などを楽しみました。

確定申告が始まります

所得・消費税などの確定申告

「確定申告書」は、自分で作成し、名寄税務署窓口を持参、または、郵送でお早めに提出願います。また、便利なe・Taxをご利用ください。

確定申告指導・申告書の受付期間

- 所得税 2月16日(月)～3月16日(月)
- 贈与税 2月2日(月)～3月16日(月)
- 消費税等 3月31日(火)まで

申告会場・時間

名寄税務署2階会議室
9時～17時(土・日・祝日を除く)
☎01654②2157

所得税の確定申告が必要な方

- ① 公的年金などの収入金額のほかに20万円を超える所得がある方、年金収入金額が400万円を超える方や事業所得、不動産所得などがあり、所得税の納税額がある方(公的年金などの収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金など以外の所得金額が20万円以下の場合)、確定申告不要ですが、市民税の申告が必要な場合があります
- ② 年末調整した給与以外の所得が20万円を超える方
- ③ 給与を2力所以上から受けている場合で、年末調整を受けなかった

給与の収入金額と給与所得以外の合計金額が20万円を超える方

④ 源泉徴収された税金や予定納税した税金が納めすぎになっていて還付申告をする方

⑤ 雑損失や株式の損失など、翌年以降に繰り返すことができる損失がある方

住民税の申告

住民税の申告相談を開催します。申告が必要と思われる方には「案内ハガキ」で相談日をご案内します

で、「案内ハガキ」と関係書類を持参してください。「案内ハガキ」が送付されなかった方でも申告の必要がある場合は来庁ください。

申告受付期間

2月16日(月)～3月16日(月)

申告場所

- 税務課市民税係 (名寄庁舎2階)
- 地域住民課総務税務係 (風連庁舎1階)

※ 申告の受付は土・日・祝日を除く

※ 申告受付資料などの都合により、住所が「名寄市風連町」の方は風連庁舎で、それ以外の方は名寄庁舎での申告をお願いします。

申告に必要なもの

- ① 案内ハガキ、印鑑
- ② 給与・年金などの源泉徴収票(原本)、報酬・料金等の支払調書
- ③ 営業所得等がある場合は収支計算書および仕入れ、売上、必要経費等の明細書(なお「案内ハガキ」が届いていない場合は税務署での申告をお願いします)
- ④ 生命保険、地震保険、平成18年以前契約の長期損害保険等の控除証明書
- ⑤ 医療費(薬代含む)等の領収書および生命保険や高額療養費などで補填された金額のわかるもの
- ⑥ 社会保険料(国民年金保険料等の控除証明書、各種健康保険料(税)・介護保険料等の領収書など)
- ※ 公的年金から天引きの社会保険料は当該年金受給者本人の社会保険料控除となります。
- ⑦ 身体障害者手帳、障害者控除対象者認定書、療育手帳、精神保健福祉手帳等
- ⑧ 所得税の還付申告の場合は振込先口座のわかるもの

住民税の決定について

今回の申告により平成27年度住民税額が決定するのは、給与と特別徴収の方(住民税を給与天引きされる方)

問い合わせ

税務課市民税係(名寄庁舎2階)

☎01654③2111
(内線3201～3203)

個人市・道民税の非課税限度額

が5月10日頃、それ以外の方(住民税を納付書払いもしくは口座振替、年金特徴で支払う方)は6月10日頃になります。申告していない収入があればそれを加えて計算するため、申告時にお伝えした住民税額が変更となる場合がありますので、「ご了承ください」。

本人と扶養親族等の合計人数(注1)	65歳以上の方(昭和25年1月1日以前生まれ)		65歳未満の方(昭和25年1月2日以降生まれ)	
	公的年金等の所得と他の所得の合計(所得金額)	公的年金等の収入のみの場合(収入金額)	公的年金等の所得と他の所得の合計(所得金額)	公的年金等の収入のみの場合(収入金額)
1人	28万円	1,480,000円	28万円	980,000円
2人	73万円	1,930,000円	73万円	1,473,334円
3人	101万円	2,210,000円	101万円	1,846,667円
4人	129万円	2,490,000円	129万円	2,220,000円

(注1) 本人と扶養親族等の合計人数は、扶養親族、控除対象配偶者、本人の合計人数です。合計人数が5人以上の場合は、お問い合わせください。

市・道民税の申告フローチャート

スタート!

「所得税の確定申告が必要な方」に該当しますか？（右ページ参照）

税務署・市役所税務課・e-Taxなどで所得税の確定申告を行ってください。所得税の確定申告を行った場合、市・道民税の申告は必要ありません。

次のとおり進んでください
はい →
いいえ →

平成27年1月1日、本市に住所（住民登録）がありましたか？

名寄市への申告は必要ありません。（平成27年1月1日現在の住所地で申告してください）

平成26年1月1日から同年12月31日までに収入がありましたか？

※市・道民税は非課税になるため、市・道民税申告の必要はありませんが、税証明が必要な場合や国民健康保険料や介護保険料、後期高齢者医療保険料、保育料、高額療養費の自己負担限度額、各種医療費助成制度の区分判定などに所得額などが必要な場合は、税金がかからなくても申告が必要です。

収入は障害年金・遺族年金・失業給付金などの非課税所得のみですか？

どのような収入状況がありましたか？ 次のA～Cからお選びください。

A 公的年金収入がある方

源泉徴収票の扶養人数はありますか？

B 給与収入がある方

お勤め先の給与以外に収入がありましたか？

C その他の所得がある方

公的年金収入が
65歳以上 148万円以下
65歳未満 98万円以下

公的年金以外に所得がありますか？

扶養控除・生命保険料・医療費控除・社会保険料控除などの控除を追加しますか？

公的年金などの所得金額と公的年金など以外の所得金額の合計額が、個人の市・道民税の非課税限度額以下になる（右ページ表参照）

市・道民税の申告は不要です

扶養控除・生命保険料・医療費控除・社会保険料控除などの控除を追加しますか？

市・道民税の申告が必要です

次の対象者またはその対象者を扶養している方は、所得税・住民税の控除として一定金額を所得から差し引くことができます。認定書または確認書をお持ちのうえ申告してください。

■ 障害者控除対象者認定書

次に該当する方に発行します。
① 65歳以上で要介護認定を受けている方

② 65歳以上で、6カ月以上寝たきりで食事、排せつなどの日常生活に支障がある方

■ おむつ使用確認書（医療費控除対象）

要介護認定を受け、次の3つの条件全てに該当する場合で、おむつ使用の必要性が確認される方に発行します。

申請時には、前年のおむつ使用証明書の写し、または、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目の以降であることが確認できる書類の写しが必要になります。

① おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の方

② おむつを使用した当該年に作成した主治医意見書がある方

③ 主治医意見書の内容で「寝たきりの状態であること」「および」「尿失禁の可能性があること」の2点が確認できる方

■ 申請窓口

高齢介護課（名寄庁舎2階）

地域住民課（風連庁舎1階）

■ 問い合わせ

高齢介護課（名寄庁舎2階）

01654-2111

（内線32343236）

個人・住民税の税制改正

平成27年度から適用されるおもな変更点について

■個人住民税の住宅借入金等特別控除の延長・拡充

	居住年月日	控除限度額
改正前	現行 ～平成25年12月31日	所得税の課税総所得金額等 × 5 % (最高97,500円)
	平成26年1月1日 ～3月31日	所得税の課税総所得金額等 × 5 % (最高97,500円)
改正後	平成26年4月1日 ～平成29年12月31日	所得税の課税総所得金額等 × 7 % (最高136,500円)

※個人住民税の住宅借入金等特別控除は、所得税額から控除しきれない場合に、限度額以下の範囲で控除を受けることができます。

※平成26年4月から平成29年12月までの控除限度額は、住宅の取得対価の額または費用の額に含まれる消費税等の税額が、8パーセントまたは10パーセントである場合の金額です。

■上場株式等の譲渡所得および配当所得等に係る軽減税率の廃止

上場株式等の配当・譲渡所得等に係る税率は、特例措置により平成25年12月31日まで10パーセント（所得税7パーセント、住民税3パーセント）の軽減税率が適用されていましたが、平成26年1月1日以後は本則税率の20パーセント（所得税15パーセント、住民税5パーセント）が適用されます。

■非課税口座内の少額上場株式等に係る配当所得および譲渡所得等の非課税措置の創設

平成26年から平成35年までの各年に金融商品取引業者等の営業所に開設した非課税口座において、毎年新規投資額で100万円を上限に、5年以内に支払を受けるべき配当所得および譲渡所得等について、非課税とすることとされました。

問い合わせ

税務課市民税係（名寄庁舎2階）

☎01654③2111

（内線3201～3203）



国民健康保険のお知らせ

高額療養費と確定申告（医療費控除）について

■高額療養費の手続きには領収書が必要

高額療養費の該当世帯には、受診月から約3カ月後に手続き案内を送付していますが、手続きには領収書が必要ですので紛失にご注意ください。

■12月診療分の高額療養費について
医療費控除の前に高額療養費の支給手続きを

確定申告で医療費控除を受ける場合、1月から12月までの支払い分が申告対象です。

12月診療分の高額療養費の支給手続きは、2月下旬に案内する予定です。医療費控除で領収書を使用する際は、払い戻しの手続きが済んでから確定申告をお願いします。

なお、案内が遅れる場合があります。支給の対象で案内が来ない場合は、確定申告前に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3116）

広報なよろの有料広告を募集します

お店のPRや事業のご案内などにぜひご利用ください。

掲載位置

お知らせページ（5段組）の最下段

広告のサイズと価格

1号広告

【サイズ】縦45mm×横90mm 【価格】1万5,420円

2号広告

【サイズ】縦45mm×横180mm 【価格】2万2,620円

掲載条件

広告掲載要綱・広告掲載基準などを順守し、次の①②すべてに該当する場合

- ①市内に本店・支店などがある事業所（法人・個人）
- ②市税の滞納がない

掲載できないもの

法令などに違反するもの、公序良俗に反するもの、政治活動・宗教活動に関するもの、意見広告または個人の宣伝など

申し込み・問い合わせ

申込方法や掲載要綱などについてご連絡ください。総務部企画課 広報推進係

☎01654③2111（内線3307）

申 申し込み 問 問い合わせ

名 名寄庁舎 (☎01654③2111) 風 風連庁舎 (☎01655③2511)

申・問
高齡介護課高齡福祉係
2階(内線3231)
地域住民課福祉係
1階(内線112)

配食サービスを提供します
週に1回昼食時に、栄養バランスのとれた食事を配達します。その際に、利用者の方へ「声かけ」を行い安否の確認をします。

▼対象 おおむね65歳以上の独居、高齡の方のみの世帯および身体に障がいのある方で、自立支援の観点からサービスを利用することが適切であると認められる方

▼料金 1食460円

▼その他 申請された方の生活状態、身体状態などを伺い、適切と認められた方がサービスを受けられます。

夜間納税窓口
とき 2月25日(水)
17:30~19:30
ところ 名寄庁舎2階
税務課納税係

年金事務相談窓口
とき 2月10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)

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。なお、受け渡しは原則として無償で行います。

- ゆずります
- ドレッサー(木製)
 - 電気ストーブ(スチーム式)
 - 毛糸
 - 編み機(シルバー精工社製)
- ゆずってください
- ベビー布団(掛け・敷き)
 - ベビーチェア
(食卓テーブル用)

問 名寄消費者協会
☎01654③5630

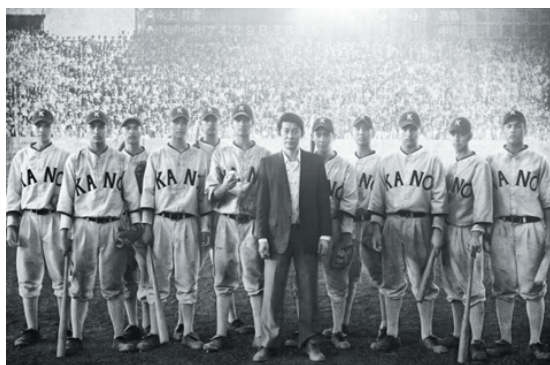
市長室開放事業を開催します

- ▼対象** 市民または市民が組織する団体やサークルなど
- ▼開催日時** 土日祝を除いた
2月2日(月)~27日(金)
9:00~17:30の20~30分
※市長の公務を優先します
- ▼懇談場所** 市役所名寄庁舎・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、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)

台湾交流事業「無料映画上映会「KANNO」」

市では、国際化の進む社会のさまざまな分野で活躍できる子どもたちの育成を図ることなどを目的に、中学生による野球交流をはじめとする台湾との交流事業を昨年度から推進しています。台湾との交流について広く市民への周知を図るため、台湾映画「KANNO」の無料上映会を開催します。



▼申込方法 広報なよろ3月号をご覧ください。

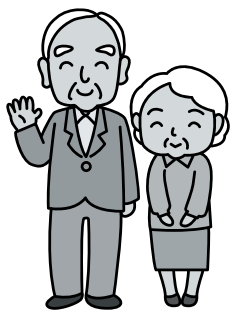
問 名寄市・台湾交流実行委員会事務局
(営業戦略課内)
名 3階(内線3341)

自己負担限度額表
【1年間の自己負担額の計算期間：8月1日~翌年7月31日】

負担割合	区分	自己負担額の合計の基準額	
3割	現役並み所得者	67万円	
	一般	56万円	
1割	住民税非課税世帯	区分Ⅱ(※1)	31万円
		区分Ⅰ(※2)	19万円

※1 世帯全員が住民税非課税である方
※2 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下)、または老齢福祉年金を受給している方

※後期高齡者医療制度または介護保険の自己負担額の違いにより、0円の場合も対象になりません。



同じ世帯の被保険者が「病気がかかったとき」と「介護サービスを利用したとき」の1年間の自己負担額の合計が表の限度額を超えた場合、超えた額が「高齡介護合算療養費」として支給されます。

支給対象者には、1月下旬に申請のご案内を送付しています。

※支給額が500円以下の場合には支給されません。

問 市民課国保高齡医療係
2階(内線3114)

▼入場料 無料

▼対象 市民

▼ところ 市民会館大ホール

▼とき 3月21日(土) 13時30分(開場13時)

平成27年度採用 名寄市職員を募集

▼職種・募集人数
精神科リハビリテーション
職員 1人

▼受験資格

昭和49年4月2日以降に生まれた方で、作業療法士、臨床心理士、精神保健福祉士、看護師のいずれかの免許を有する方または平成27年4月までにいずれかの免許を取得見込みの方

▼試験内容

論文と面接

▽とき 2月21日(土) 9時

▽ところ 市立総合病院2階講義室

▼応募方法

受験申込書に所定の事項を記入のうえ、免許取得者は免許証の写し、免許取得見込み者は成績証明書および卒業見込証明書を添付し、2月16日(月)までに提出(受験申込書は問い合わせ先に請求または当院ホームページからダウンロード)してください。

申・問

市立総合病院総務課
総務係(西7南8)

☎01654③3101
(内線2219)

保育所での事業

市内保育所では、次の事業を実施していますので、ぜひご利用ください。

※幼稚園の事業は、直接各幼稚園にお問い合わせください。

▼子育て支援センター

育児相談・遊びの広場などを実施しています。

▼「さくらんぼ」

東保育所

☎01654②5683

▼「ちゅうりっぷ」

名寄大谷認定子ども園

☎01654⑧7711

▼「こぐま」

風連さくら保育園

☎01655③2378

▼一時保育事業

1歳から就学前までのお子さんを対象に東保育所、大谷認定子ども園、風連さくら保育園で実施しています。

※直接保育所にお問い合わせください。

▼延長保育事業

すべての保育所で18時から19時まで実施しています。

▼病後児保育事業

2歳から小学3年生までのお子さんを対象に名寄大谷認定子ども園で実施しています。

名 2階(内線3241)

「市民スキーの日」

ピヤシリスキー場のリフトを無料開放します

市教育委員会では冬季レジャー人口の拡大や、スキー環境の提供を目的として、高校生以上の市民の皆さまを対象にリフト一日無料開放を行います。多くのご参加をお待ちしています。

※名寄市民とわかるもの(免許証や保険証など)をお持ち

ください。

▼とき

2月28日(土) 9時

▼ところ

ピヤシリススキー場

▼無料講習会

▽とき 10時～12時

▽内容

①スキー 初心者講習コース
初級者講習コース

②スノーボード 初心者講習コース
初級者講習コース

▽定員 各20人

▽申し込み 2月20日(金)までに事務局へ電話で申し込みください。

▼豚汁無料配布

11時30分

▼レンタル料半額

スキー・スノーボード

▼同日開催

株式会社名寄振興公社主催「第3回スキーこどもの日」

※中学生以下リフト料金無料

申・問

市民スキーの日事務局
(市民文化センター内)
生涯学習課スポーツ振興係

☎01654②2218

「ふるさとクッキングスクール」のお知らせ

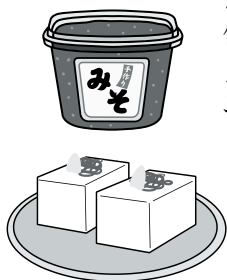
【手作り味噌・豆腐講座】

▽とき 3月9日(月)～11日(水)

※3日間連続

▽ところ 農産物簡易加工処理施設「あぐりん館(緑丘12)」

▽内容 名寄産もち米と大豆を使った「手作り味噌」と「豆腐」を作ります。



▼講師 齊藤 美知氏(カントリー・ママ・クラブ会長)

▼定員 12人

※定員を超えた場合は抽選

▼参加費 1500円(材料代)

▼申込期限 2月13日(金)

申・問

農務課農政係
1階(内線311)

第33回名寄ピヤシリ歩くスキー大会

とき 3月1日(日) 開会式 10:00
ところ なよろ健康の森クロスカントリーコース
コース 3キロ、5キロ、8キロ
ゲスト 阿部 雅司氏
(リレハンメル五輪複合金メダリスト
名寄市観光大使)

参加費 無料

申込期限 2月21日(土)

申・問

第33回名寄ピヤシリ歩くスキー大会事務局
(スポーツセンター内) ☎01654③6627



新しい民生委員児童委員を紹介します

【名寄地区】

●サンピラー区

松井 栄子

(西2南11)

☎01654②1246

●南が丘

三浦 孝幸

(緑丘40-75)

☎01654②4843



問 社会福祉課福祉総務係

名 2階(内線3222)

申 申し込み

問 問い合わせ

名 名寄庁舎 (☎01654③2111)

風 風連庁舎 (☎01655③2511)



※コンピューターによる抽選
▼と き 3月5日(木) 14時
▼ところ 駅前交流プラザ「よろいな」(東1南7)

【入居抽選会と仮当選者の書類説明会】
▼家 賃 入居者の収入に応じた家賃となります。

▼入居時期 4月上旬に入居
▼入居者の決定 書類審査により決定します。ただし、申し込みが重複した場合は抽選を行います。

※障がいをお持ちの方は障害者手帳などをご持参ください。

▼申込方法 収入のわかるもの(源泉徴収票など)と、印鑑を持参し、申込窓口へお越しください。仮審査のうえ、入居適格者には申込書をお渡しします。必要書類を添えて提出していただきます。

▼書類配布期間 2月10日(火)～27日(金) (日・祝除く)
▼募集受付期間 2月25日(水)～27日(金)

道営住宅入居者の募集

申・問
O & R名寄建物コンソーシアム(西4南9大野ビル1階)
☎01654③3711

団地名	住所	規格	家賃	建築階数	備考
サンピラー名寄B棟	214号 西2南11	3LDK 74.6㎡ 1戸	24,000～35,700円	H9 1階	世帯向け
マーガレットヴィラA棟	331号 西2南11	2LDK 63.1㎡ 1戸	20,300～30,300円	H11 3階	世帯向け
マーガレットヴィラD棟	532号 西1南11	3LDK 73.5㎡ 1戸	23,800～35,400円	H12 3階	世帯向け

※記載された家賃は、収入によって高くなる場合があります。
※募集期間までに空き家が出た場合は、募集住宅に追加する場合があります。受け付けの際に確認してください。
※家賃のほかに共益費(共用部分の電気代、除雪費など)、ボイラー、ガス警報機のリース料などが別途かかります。

▼募集住宅

名 問
総務課総務係
3階(内線3321)

2月7日は「北方領土の日」です。歯舞諸島、色丹島、国後島および択捉島からなる北方領土は、日本人が開拓し、住みつづけた島々です。
しかし、これら四島は第二次世界大戦終了直後に不法に占拠され、60年以上経過した今も日本人の住めない島々になつていきます。
北方領土問題への理解と関心を高め、返還への願いを実現するために、次のとおり署名活動をを行います。皆さまのご協力をお願いします。
▼署名簿設置箇所
市役所名寄庁舎・風連庁舎
各1階ロビー(2月20日(金)まで)



消費生活センター通信 「今より安くなる」通信サービスの変更に注意!

事例 1

光回線の料金が「今より安くなる」と電話で変更を勧められ、よくわからないまま契約した。調べてみるとそれほど安くならないことが分かった。

事例 2

「インターネットの利用料金が安くなる」と言われ、プロバイダの変更を勧められて契約した。事業者がパソコンを遠隔操作で設定したが、後日、以前より料金が高額になることが分かり解約を申し出たが、違約金1万5千円を請求された。

消費者へのアドバイス

- ◆インターネットの利用には、通信会社との回線契約とプロバイダとのインターネット接続サービスの2つの契約をする必要があります。
- ◆「今より安くなる」と勧誘されても、契約前に書面の交付を求め、「現在よりも何がいくら安くなるか」など内容を理解できるまで確認しましょう。
- ◆代理店が電話で大手電話会社と誤解させるような勧誘もあります。契約をするときは必ず会社名と電話番号を確認しましょう。
- ◆遠隔操作でパソコンの設定を変更する場合は、「知らない間にオプションなどが申し込まれていた」などのトラブルもあるので注意が必要です。
- ◆通信サービスは、電話勧誘販売であっても法律上のクーリング・オフ制度がありません。



ご心配なときは消費生活センターまでご連絡ください。【問い合わせ】消費生活センター ☎01654②3575

降雪時期の災害に注意を!

冬期間は、停電や遭難といった暴風雪による災害が多く発生しています。気象情報に注意して、暴風雪が予想されるときは、家のなかで過ごすなど外出を避けましょう。

▼家の中で安全に過ごすために
①停電に備えて懐中電灯、携帯ラジオ、電気を使わない暖房器具(携帯ストーブ等)などを準備する。

②外出できない場合に備えて、食糧や飲料水などを確保(備蓄)する。

③FF式暖房機の給排気口付近の除雪状況を確認する。
▼やむを得ず車で外出するときは

①携帯電話でも気象情報や道路情報取得できるが、地域によっては電波の不感地帯もあるため、携帯電話を過信せず、道路状況に応じた無理のない運転を心掛ける。

②冬期間は地域により天気が急変し車が立ち往生する可能性がありますがあるので、防寒着、長靴、手袋、スコップ、牽引ロープなどを車に用意し、十分に燃料があることを確認してから出かける。また、万一に備えて、飲料水や非

常食も用意する。

③運転をしていて、地吹雪などにより危険を感じたら、無理をせずに道の駅やコンビニエンスストア、ガソリンスタンドなどで天気回復を待つ。



▼吹雪で車が動けなくなったときは

①大雪や吹きだまりなどで車が立ち往生したときは、JAFなどのロードサービスや近くの人家などに救助を依頼する。また、ハザードランプの点灯や停止表示板を置くなど、車が目立つようにする。

②避難できる場所や近くに人家などがいない場合は、消防(119)や警察(110)に連絡して、車の中で救助に備える。

③車が雪に埋まったときは、エンジンを切る。(車の排気口が雪に埋まると排気ガスが車内に逆流し、一酸化炭素中毒を起こすおそれがあります)

④防寒などでやむを得ずエンジンをかけるときは、窓を開けて換気し、こまめに排

気口のまわりを除雪する。

⑤車を置いて避難するときは、除雪や救助活動の妨げにならないよう、連絡先を書いたメモなどを車内に置き、車の鍵は付けておく。

厳冬期には、表層雪崩、融雪期には全層雪崩が発生しやすくなります。「北海道雪崩危険箇所マップ」などで確認しましょう。



- ▼北海道防災情報システム
<http://www.bousai-hokkaido.jp/>
- ▼北の道ナビ
<http://n-rd.jp/>
- ▼道路交通情報センター
☎0570-011011
☎#8011 (携帯短縮ダイヤル)
- ▼JAFロードサービス
☎#8139 (短縮ダイヤル)
- ▼北海道雪崩危険箇所マップ
<http://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/nadare/index.html>

名 問 防災・法制・訟務担当
3階(内線3327)

降雪による事故や屋根の雪下ろしなどによる事故を無くしましょう

市内で雪下ろしをしようとした人が屋根から落ちる事故が発生しています。こうした事故を防止するために、次の点に注意してください。

①雪下ろしはヘルメットと命綱を使用し、安全な服装で、2人以上で行う。

②はしごなどはしっかりと固定する。

③屋根からの落雪事故により建物(空き家も含め)の所有者や管理者が損害賠償責任を負うことがあるため、早めの雪下ろしを行う。

④雪下ろしをした雪は交通事故防止などのため、道路には出さない。

⑤家屋の軒下の通行はできるだけ避け、通行するときは十分に注意する。子どもを軒下や道路で遊ばせない。

⑥除雪機を使用するときは、転倒したり巻き込まれないように注意する。雪詰まりの除去はエンジンを止めてから行う。

名 問 環境生活課環境・生活安全係
2階(内線3126)

マーケティングセミナー

地域活性化の一助となることを目的に、「地域絶品づくり」の基本的なコンセプトから実践的な取り組みのノウハウや全国各地での取り組み実例を紹介いたします。

▼と き 2月16日(月) 15時～17時

▼ところ 駅前交流プラザ「よろいな」(東1南7)

▼テーマ 地域の元気を作る「地域絶品づくりのすすめ」

▼講師 株式会社ケーズマーケティング代表取締役 吉川 京二氏

▼参加費 無料

▼定員 60人

▼申込方法 2月9日(月)までにFAXまたはメールで申し込みください。

申・問

一般財団法人
旭川産業創造プラザ
☎0166(68)2820
FAX 0166(68)2828
✉arc-net@arc-net.or.jp



自衛官等の募集

種目	応募資格	受付期間	試験日
①一般・技術幹部候補生	平成27年4月1日現在 20歳以上28歳未満 ※学士等取得状況により異なる	3月1日(日) ～5月1日(金)	5月16日(土)・17日(日) ※17日は飛行要員受験者のみ
②予備自衛官補(一般)	平成27年7月1日現在 18歳以上34歳未満	3月24日(火)まで	4月10日(金)～14日(火) ※指定のいずれか1日
③予備自衛官補(技能)	平成27年7月1日現在 18歳以上55歳未満 ※保有する国家資格等により異なる	3月24日(火)まで	4月10日(金)～14日(火) ※指定のいずれか1日
④自衛官候補生(男子)	採用予定月の1日現在 18歳以上27歳未満	年間を通じ受け付け	受付時に通知

申・問
自衛隊旭川地方協力本部
名寄出張所(西1南9)
☎01654②3921

市立大学・同大学短期大学部で科目等履修生・聴講生募集

【科目等履修生】
科目の履修および単位の修得を希望する方を選考のうえ、受け入れます。(実験・実習を除く)
▼履修資格 高等学校卒業または同等以上の資格があると認められる方
▼出願手続きに必要なもの
① 聴講生願書
② 履修書
③ 最終出身学校の卒業(修了)証明書
④ 最終出身学校の成績証明書
⑤ 承諾書(在職中の方)
⑥ 入学検定料9800円(本学所定の納付書で納入し、領収書を同封すること)
⑦ 入学料 2万8200円
⑧ 授業料 1単位につき1万4800円
【聴講生】
大学教育を皆さまに開放します。(実験・実習を除く)
▼聴講資格 高等学校卒業または同等以上の資格があると認められる方
▼出願手続きに必要なもの
① 聴講生願書
② 履修書
③ 最終出身学校の卒業(修了)

無料相談窓口

ところ 駅前交流プラザ[よるーな]2階
名寄市消費生活センター

①消費生活相談 9:15～16:00
とき 月～金曜日

②市民相談 9:15～16:00
とき 月～金曜日

③無料法律相談 11:00～
とき 2月1日(日)
3月1日(日)
※事前予約が必要です

④行政相談 13:00～16:00
とき 2月12日(木)
3月12日(木)

⑤結婚相談
とき 第1金曜日 17:30～19:00
その他の金曜日 13:00～15:00
① ☎01654②3575
②～⑤ ☎01654③2111(内線3616)

■労働相談 8:45～17:30
とき 月～金曜日
ところ 名寄庁舎3階
営業戦略課労働相談所
☎01654③2111

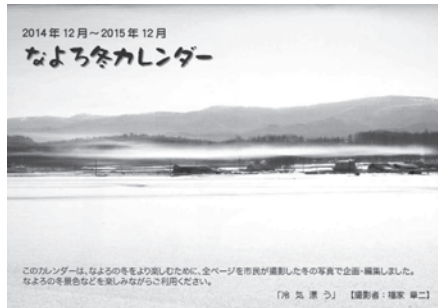
■人権相談 8:30～16:30
とき 月～金曜日
ところ 旭川地方法務局名寄支局
☎01654②2349
※奥山省子さん(法務大臣より人権擁護委員として委嘱されました。)

■心配ごと相談(24時間)
とき 月～金曜日
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
とき 月～金曜日
ところ 児童センター
☎01654③1000

申・問
市立大学教務課
☎01654②4194

名 問
企画課企画調整係
3階(内線3309)



なよろ冬カレンダーをご利用ください
利雪親雪の取り組みとして製作している「なよろ冬カレンダー」を市外にお住まいの友人やご親戚などへ送付して、市をPRしていただける方、また、市外から人が集まる会合などで配布を希望される方は、ご連絡ください。

ご寄附

ありがとうございます
(順不同・敬称略)

- ▼南相馬市のために
○麻生町内会婦人部
(客野 みつゑ部長)
- ▼地域振興のために
○一般財団法人
北海道郵便局長協会
(松崎 義昭理事長)
- ▼スタンウェイ購入のために
○陸上自衛隊
名寄駐屯地有志一同

市民カレンダー 2月 February

日	月	火	水	木	金	土
1 ・無料法律相談 11:00 よ ・スポーツ少年団 合同体力テスト ス	2	3 ・名寄鬼追い祭り	4 ・名寄市防災訓練 (市役所名寄庁舎、高見区町内会福祉会館) 8:45~15:15 ・ナヨロ寄席(市民会館) 19:00	5 ・運転免許更新時講習会 違反14:00 一般17:30 優良19:00 文	6	7 ・スキーこどもの日 9:00~16:30 ピ ・本の読み聞かせ 13:30 見 ・冬期中学生バドミントン大会 ス ・豊西小スノーランタンフェスティバル
8	9	10 ・国際雪像彫刻大会 競技開始(南広場) 9:00 ・ちえぶん健康まつり (智恵文多目的研修センター) 9:30~12:30 ・市立大学市民説明会 ①14:00 ②18:30 よ	11 建国記念の日 ・北都新聞社杯中学バレーボール大会 ス ・第3回ピヤシリスキーテクニカルコンテスト ピ	12 ・運転免許更新時講習会 優良13:00 一般14:00 文 ・行政相談 13:00~16:00 よ ・教育相談センター 夜間相談 17:45~20:45 見 ・市立大学市民説明会 18:30 ス	13	14 ・本の読み聞かせ・工作 13:30 見 ・北の天文字焼き (太陽の丘) 18:00 ・第40回中学インドアソフトテニス選手権大会 ス ・名寄東小スノーランタンフェスティバル
15 ・第50回ふうれん スキー場まつり (風連スキー場) 9:45~14:00	16  小学生名寄自然体験交流	17 ・木星観望会(22日まで) 18:00~20:00 天	18	19	20 ・みずならショップ (産業高校名農キャンパス) 16:00~17:00	21 ・研修会「障害のことを知ろう」 13:30 福 ・冬を楽しもう! 13:30~15:30 見 ・雪あかりコンサート 18:00~19:30 北 ・市民剣道祭 ス
22 ・第40回名寄新聞社杯 争奪インドアソフトテニス選手権大会 ス ・2015年スノーランタンの集い 福		25 ・夜間納税窓口 17:30~19:30 名寄庁舎 2階税務課	26 ・教育相談センター 夜間相談 17:45~20:45 見	27 ・「広報なよろ」 3月号配布予定日	28 ・スキーこどもの日 9:00~16:30 ピ ・市民スキーの日 9:00~16:30 ・片平杯卓球大会 (オープン大会) ス ・ひなまつり 10:00~12:00 見 ・本の読み聞かせ 13:30 見	

広報誌は保存しておきましょう

なよろ雪質日本一 フェスティバル

第15回なよろ国際雪像彫刻大会ジャパンカップ

2.13.Fri~15.Sun 南広場

※とき 2月7日(土) 8日(日)

※ところ 風連町仲町特設会場

第31回 ふっれん 冬まつり

児童生徒の 帰宅時刻

小学生 16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)

風連陶芸センター陶芸教室

■とき 2/12(木)、26(木) **要予約**

①9:00~12:00
②13:00~16:00
③18:00~21:00

詳しくは お問い合わせください

■費用 粘土代 1Kg200円
■持ち物 エプロンなど
■申し込み・問い合わせ 風連陶芸センター ☎01655③2743

文…市民文化センター **ス**…スポーツセンター **北**…北国博物館 **見**…児童センター **天**…天文台 **よ**…駅前交流プラザ「よーな」
福…総合福祉センター **シ**…ピヤシリシャンツェ **ピ**…ピヤシリスキー場 **健**…なよろ健康の森 **ふ**…ふうれん地域交流センター



ひとのうごき 平成26年12月末日現在

- 人口 29,099人(-29) ●世帯数 14,355世帯(-18)
- 男 14,171人(-13) ●女 14,928人(-16)
- 外国人住民登録者 68人(-1) ※ () は前月末比



Air Teshu で市からのお知らせ放送中

市からのお知らせ、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。

広報なよろ 平成27年2月1日発行 第107号

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

名寄市役所

開庁時間 8:45~17:30 ☎01654③2111

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

