

No. 2103

広報 平成29年1月15日号

# すながわ

市道民税の申告・  
所得税および復興特別所得税の  
確定申告は期間内に

ソロパートを演奏！  
(クリスマスジュニアジャズライブインゆう)

# 市道民税の申告・ 所得税および復興特別所得税の 確定申告は期間内に

## 2月16日(木)～3月15日(水)まで

平成28年分以降の申告書の提出の際には「マイナンバー（個人番号）の記載」および「本人確認書類（番号確認・身元確認）の写しの添付」（市道民税の申告には、本人確認書類の原本の提示）が必要です。忘れずにお持ちください。

### ■お問い合わせ

市道民税に関すること→市民税係⑤4 2 1 2 1

所得税および復興特別所得税に関すること→滝川税務署②2 1 9 1または市民税係⑤4 2 1 2 1

公平・公正な税の負担のため、申告が必要な方は、必ず期間内に収入額や控除額を自主申告しましょう。毎年、期限間近は会場がとても込み合います。来場の際は、忘れ物などがないよう記載事項をよくご確認ください。余裕をもってお越しください。

また、市役所での所得税および復興特別所得税の還付申告は1月23日(月)から3月15日(水)までです。（土・日曜日、祝日を除く）

※ 3月5日(日)は市役所でのみ相談・申告の受付を行います

## マイナンバー・本人確認書類

市役所で確定申告の手続を行う場合、次の本人確認書類等が必要です。

### ■本人確認のための必要書類

- ◆マイナンバーカード（個人番号カード）をお持ちの方は、カードの両面の写し
- ◆マイナンバーカードをお持ちでない方は、次の本人確認書類（番号確認・身元確認）の写し

番号確認書類	+	身元確認書類
<ul style="list-style-type: none"> <li>・マイナンバーの通知を受けた「通知カード」</li> <li>・住民票や住民票記載事項証明書（マイナンバーの記載があるもの）</li> </ul> <p>などのうちいずれか1点</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・運転免許証</li> <li>・身体障害者手帳</li> <li>・療育手帳</li> </ul> <p>などの顔写真付き身分証明書のうちいずれか1点</p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・パスポート</li> <li>・在留カード</li> <li>・精神障害者保健福祉手帳</li> </ul>

### ■代理人の方が申告をする場合の必要書類

- ◆親族の方が代理申告をする場合は、本人分の上記本人確認書類
- ◆成年被後見人の方が申告する場合は、次の本人確認書類3点
  - ・代理権の確認書類 登記事項証明書の写し
  - ・代理人の身元確認書類 マイナンバーカード（表面）または■の身元確認書類のうちいずれか1点の写し
  - ・本人の番号確認書類 マイナンバーカード（裏面）または■の番号確認書類のうちいずれか1点の写し

### ■配偶者控除や扶養控除の適用を受ける場合の必要書類

- ◆控除対象配偶者や扶養親族のマイナンバーカード（裏面）または■の番号確認書類等

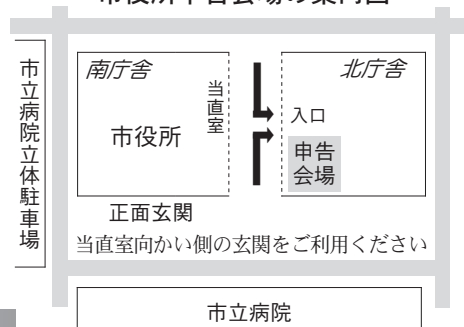
## 申告期間・受付時間

- ◆ 申告期間 2月16日(木)～3月15日(水) (土・日曜日を除く) 還付申告は1月23日(月)から可能です。
- ◆ 受付時間 午前9時～午後5時

## 申告会場

- ◆ 市道民税 市役所北庁舎1階会議室
- ◆ 所得税および復興特別所得税 滝川税務署 (郵送提出も可能) または市役所北庁舎1階会議室

市役所申告会場の案内図



## 所得税および復興特別所得税の確定申告が必要な方

- ◆ 営業(報酬)、不動産(アパート収入のほか、土地の賃貸料や貸家などの家賃収入も含む)などの各種所得があった方
  - ◆ 給与収入が2,000万円を超える方
  - ◆ 給与所得以外の所得(退職所得を除く)が20万円を超える方(給与所得以外の所得が20万円以下で確定申告が必要ない方でも、市道民税の申告は必要となる場合があります)
  - ◆ 給与を2か所以上から受けている方
  - ◆ 年末調整を受けていない方(平成28年中に中途退職した方など)
  - ◆ 年金収入が400万円を超える方
  - ◆ 年金以外の所得が20万円を超える方(年金に係る雑所得以外の所得が20万円以下で確定申告が必要ない方でも、市道民税の申告は必要となる場合があります)
- ※ これらの方々以外でも確定申告が必要な場合があります。また、平成28年中に営業を始めた方、土地や建物を売却した方、青色申告の方などは滝川税務署での申告になります

## 市道民税の申告が必要な方

- ◆ 年末調整を受けた給与・年金以外の所得がある方
- ◆ 平成28年中に収入・所得がなかった方で、どなたの税金上の扶養にもなっていない方

※ 所得税および復興特別所得税の確定申告をされた方は、市道民税の申告を兼ねますので、あらためて市道民税の申告は不要です

## 申告に必要なもの

- ◆ 印鑑(ゴム印などの変形しやすいものは不可。口座振替による納付を希望される方は、金融機関届出印が必要です)
- ◆ 確定申告書・お知らせはがき(税務署から送られてきている方)
- ◆ 申告する方の金融機関の振込先がわかるもの(還付金の受け取りや口座振替による納付のため)
- ◆ 上記のほか、市道民税の申告の場合は2ページのマイナンバー・本人確認書類の原本、所得税および復興特別所得税の確定申告の場合は2ページのマイナンバー・本人確認書類の写し



## その他必要なもの

源泉徴収票や領収書、証明書などは原本が必要です。コピーでの提出は受け付けられませんので、ご注意ください。紛失などでお手元に必要書類がなければ、再発行を受けたうえで申告してください。

- ◆ 給与所得者・公的年金等受給者 受け取ったすべての源泉徴収票
- ◆ 営業などの事業・不動産所得者 収支内訳書（必ず事前に記載してください）
- ◆ 社会保険料（国民健康保険、任意継続保険、国民年金など）、生命保険料、地震保険料、寄付金（控除の対象となる寄付金が2,000円を超えた場合）などの控除を受ける方 領収書、証明書
- ◆ 障害者控除を受ける方 障害者手帳など
- ◆ 医療費控除を受ける方 医療費の領収書と明細書、医療費を補てんする保険金等の金額がわかるもの（医療費の明細書は、個人ごと、病院別に合計額を記載してください。様式は申告会場または当市ホームページ申請書ダウンロードから入手できますが、ノートやメモ用紙への記載でも可能です）

### 医療費の明細書の記載例

平成 28 年分 医療費の明細書					住所 砂川市〇条〇丁目〇-〇
この明細書は、申告書と一緒に提出してください					氏名 砂川 太郎
医療を受けた人	続柄	病院・薬局などの所在地・名称	控除の対象となる医療費の内訳		左のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
			治療内容・医療品名など	支払った医療費	
砂川太郎	本人	〇〇病院	診察	15,000円	
砂川花子	妻	××病院	入院	200,000円	120,000円
"	"	△△薬局	処方箋薬	23,000円	
"	"	バス代（往復） 区間〇〇～△△	400円×10回	4,000円	
合 計				242,000円	120,000円

#### ◇ 医療費控除の対象にならないもの（一例）

診断書作成料（文書料）、入院時の病衣（パジャマ）・冷蔵庫・テレビ代のように直接医療に関係のない費用、インフルエンザなどの予防接種代、薬事法で定める医薬品以外の栄養剤や健康増進のためのサプリメントの費用など

※ 広報すながわ12月15日号に掲載した「セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）」は平成29年分の確定申告（申告時期は平成30年）からです。ご注意ください

#### ◆ 住宅借入金等特別控除などを申告する方（新築住宅を建てられた方）

- ・ 住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書
- ・ 家屋の工事請負契約書または売買契約書の写し
- ・ 土地の売買契約書の写し（住宅と一緒に敷地を取得した場合等で、敷地購入に係る借入金等がある場合のみ）
- ・ 家屋の登記事項証明書（法務局発行の全部事項証明書）
- ・ 土地の登記事項証明書（住宅と一緒に敷地を取得した場合等で、敷地購入に係る借入金等がある場合のみ。法務局発行の全部事項証明書）
- ・ 補助金等の額を証明する書類（補助金等の交付を受けた場合）

※ 中古住宅、増改築、認定長期優良住宅、太陽光発電の売電収入がある場合等の提出書類については、滝川税務署へお問い合わせください

確定申告書の用紙は、申告会場に用意してあります。また、国税庁ホームページで申告書の作成や電子申告も可能です。詳しくは国税庁ホームページ「<http://www.nta.go.jp/>」をご覧ください。

# 市役所庁舎建設のお知らせ No.5

## ◆第3回砂川市庁舎建設検討審議会を開催しました◆

12月21日(木)に第3回審議会を開催し、複合化施設の概要、新庁舎の建設場所について協議を行いました。なお、今回審議した内容については、今後も引き続き検討を進めることとしました。

### ■複合化施設の概要

市民の利便性などの観点から、現在は別施設になっている市の機関の集約化や民間施設の複合が考えられる施設について、協議を行いました。

なお、施設の複合化についてはさまざまなメリット・デメリットがありますので、引き続き検討していきます。

検討施設	現在の施設面積	メリット	デメリット
ふれあいセンター	2,549.11㎡	○施設間の移動がなくなり、来庁者の利便性が向上する ○業務の連携が図れる	○建物規模が大きくなり、建設費が増大する ○施設利用者の駐車場スペースが必要となる
地域包括支援センター	116.76㎡		
子ども通園センター	423.92㎡		
砂川市社会福祉協議会	1,438.58㎡		
砂川商工会議所	619.32㎡		

### ■新庁舎の建設場所

候補地6か所について、土地形状による庁舎の配置イメージ、メリット・デメリット、概算事業費から検討を行いました。今後は審議会委員数名によるワーキンググループを設置し、集中的に検討することになりました。

候補地	所在地	土地面積	土地所有者	概算総事業費
①現在地	西6条北3丁目	5,457㎡	砂川市	35億円～38億円
②公民館駐車場	西7条北3丁目	5,530㎡	砂川市	36億円～39億円
⑥旧パチンコ店跡地	西1条北2丁目	4,798㎡	民間	42億円～46億円
⑦駅前地区	東2条北2丁目	6,190㎡	砂川市・JR	51億円～57億円
⑧市役所周辺	西5～7条北4丁目	6,242㎡	砂川市	39億円～43億円
⑨旧鉄道官舎用地	東3条南4丁目	1,053.45㎡	JR・民間	41億円～45億円



※ 審議会の会議録、資料は市ホームページからご覧になれます

## 第4回砂川市庁舎建設検討審議会を開催します

◆と き 1月26日(木) 午後6時～ ◆と ころ 市役所3階大会議室  
※ 傍聴を希望される方は開始時間の5分前までに受付をしてください

【お問い合わせ】 市長公室課 ☎ 2121

平成29年度

# 保育所・学童保育所入所児童を募集します

募集期間 1月31日(火)まで

◆詳細 児童家庭係<sup>54</sup>2121

## 保育所

保育所は、保護者が就労・就学、求職活動、妊娠・出産、疾病・障がい、介護・看護等により、保育ができない場合に利用できます。申し込みは次のとおりです。

### ◆通常保育

- 市内各保育所
- ひまわり保育園<sup>54</sup>4555
- さくら保育園<sup>52</sup>3335
- 空知太保育所<sup>53</sup>3287

### ●定員

- ひまわり保育園・さくら保育園各90人(うち乳児は各6人)
- 空知太保育所60人(うち乳児は5人)

※ 乳児保育は、生後6か月からが対象です

### ●申込

入所希望保育所または児童家庭係で支給認定申請書と入所申込書を受け取り、必要書類を添付し提出してください。保護者の就労時間等に応じた保育区分と入所できる保育所が決定したあと、決定通知等が郵送されます。

※ 保育区分は、保育標準時間と保育短時間の2種類があり、保育時間が異なります

### ●保育料

市の子育て支援策として、保育料を一律10%軽減しています。さらに、2人以上の子どもがいる多子世帯に対し、第1子の年齢制限を撤廃し、第2子を半額、第3子以降を無料とし、納めて

いただいた保育料の差額を市が補助します。

### ◆時間延長保育

それぞれの保育区分に認定された場合でも、午前7時15分〜午後7時まで保育することが可能です。別途保育料金(日額)が発生します

■時間延長保育の区分				
・「保育標準時間」の場合				
7:15	保育標準時間 (7:15 ~ 18:15)			18:15 19:00 延長保育 (区分3) 200円
・「保育短時間」の場合				
7:15	8:00	16:00	18:15	19:00
延長保育 (区分1) 100円	保育短時間 (8:00 ~ 16:00)		延長保育 (区分2) 200円	延長保育 (区分3) 200円

### ◆障がい児保育

障がいを持った児童の成長と自立支援のため、障がい児保育を実施しています。  
●対象 次の要件をすべて満たす児童  
・障がいが特別な医療処置を必要としない程度

・健常児と集団保育が可能  
・毎日通所できる

●実施保育所 市内全保育所

●申込 各保育所または児童家庭係へ

### ◆保育所広域入所

中空知5市5町では、保育所の広域入所の協定を結んでいます。保護者が他市町との境界付近に住んでいる場合や、他市町へ通勤し、その途中に保育所がある場合などは、住所地以外の保育所に入所できます。広域入所を希望される方は、児童家庭係にお問い合わせください。

## 学童保育所

学童保育所は、仕事や病気などで小学生の児童を十分に保育できない保護者に代わり、放課後などに児童を保育する施設です。

●開設日 4月1日〜3月31日

●対象 小学生

●保育内容 自由遊びと集団遊び、生活習慣等を身につける活動、誕生会等の行事活動

●申込 各学童保育所または児童家庭係へ

### ◆通常保育

●保育時間 平日 放課後〜午後6時

●学校休業日 午前7時30分〜午後6時

### ◆時間延長保育

午後6時から7時まで、延長保育を実施しています。

### ◆学童保育所

名称	砂川学童保育所	豊沼学童保育所	中央学童保育所	空知太学童保育所	北光学童保育所
所在地	西3南8 (砂川小学校内)	東5南17 (豊沼小学校内)	晴見1北7 (中央小学校内)	空知太西5-6 (空知太小学校内)	西3北16 (北光老人憩の家内)
電話番号	54 3 7 0 1	54 2 2 2 2	54 3 1 1 0	090-6217-3434	090-2050-8407
対象	砂川小の児童	豊沼小の児童	中央小の児童	空知太小の児童	北光小の児童
定員	40人	40人	40人	40人	30人
保育料	通年保育	月額9,000円		月額5,000円	月額6,000円
	短期利用	日額700円		日額500円	日額600円
	延長保育料	日額200円			
運営団体	砂川市			空っ子クラブ父母の会	北光竹の子ホームの会



ま ち の 話 題

□ホームページ「すながわTOPICS」でも紹介中! □

<http://www.city.sunagawa.hokkaido.jp>

### jazz でクリスマスを楽しもう

(12月25日 地域交流センターゆう)

ゆうの開館10周年を記念し、クリスマスジュニアジャズライブインゆうが開催されました。砂川キッズジャズスクールのほか、札幌と幕別のジュニアジャズスクールが参加し、総勢約60人のライブが行われました。観客からはリズムに乗った手拍子と拍手が送られ、クリスマスをjazzで楽しみました。



●2人で息もぴったり

### 手打ちそばで年末を迎えよう

(12月30日 地域交流センターゆう)

「ゆう手打ちそば講座」が行われ、家族連れなどの多くの方が参加し、年越しそばを作りました。講座では、砂川手打ちそば愛好会の方々が講師となって、優しく丁寧に作り方を教えてくれたので、初めての子どもでも立派なそばを作ることが出来ました。自分たちが作ったそばで良い年越しを迎えられたことでしょう。



●みんなで一生懸命そば粉を練っています

### 勝木裕子氏が 北海道社会貢献賞を受賞

このたび、勝木裕子氏<sup>㊦</sup>が北海道社会貢献賞を受賞され、市長室で伝達式が行われました。

勝木氏は、昭和56年から通算30年にわたり「国勢調査」をはじめ「経済センサス」「工業統計調査」など、さまざまな統計調査に従事され、正確な統計調査の遂行と各種統計資料の整備に多大な貢献をされました。このことが評価

され、このたびの受賞となりました。



表彰状の伝達を受ける勝木氏

### 統計調査員に市長感謝状

このたび、永年にわたり各種統計調査に従事され、正確な統計調査の遂行と各種統計資料の整備に多大な貢献をされたことをたたえ、次の10人の方々に市長より感謝状が贈られました。(敬称略)

- ・5年級 有田紘一郎、大西厚子、岡輝子、加藤貞俊、寛野和子、栗井久司、小塚俊男、近田智子、堀下美智子、吉田義弘



受賞者の皆さまと記念撮影

## 求人コーナー

市内企業では、ハローワーク砂川を通じて、新規求人を次のとおり行っています。

### 募集内容

職種	年齢	求人数
道路パトロール技術員	不問	1
工場作業員	18歳以上	2
土木施工技術者	不問	1
ホールおよび調理補助(居酒屋)	不問	5
総合職(保険のコンサルティング営業)	59歳以下	1
障がい者職業指導員	64歳以下	1

(1月6日現在)

#### ◆お問い合わせ

ハローワーク砂川 ☎ 3 1 4 7

市内で事業を営んでいる個人または法人は、毎年1月1日現在の事業用資産の所有状況を申告しなければなりませんので、提出期限までに申告をお願いします。また、該当資産のない方、休業、廃業、移転などで資産がなくなった方もその旨の申告が必要です。なお、償却資産申告のご案内は、すでに該当する事業所に送付していますが、届いていない場合はご連絡ください。

●届出期限 1月31日(火)

## 償却資産の申告

お知らせ



## 募集

### 環境衛生業務員募集

市では、害虫駆除や不法投棄ごみの回収等を行う嘱託職員を募集します。

- 資格 市内に居住し、普通自動車運転免許を有する健康な方
- 募集人員 1人
- 採用日 4月1日
- 申込方法 顔写真を貼った市販の履歴書、ハローワークの紹介状、運転免許証の写しを持参または郵送

●詳細 資産税係 ☎ 2 1 2 1



### 臨時保育士募集

市では、市立保育所に勤務する保育士を募集します。

- 職種 臨時保育士(週5日程度勤務)
- 資格 保育士の資格を有する方
- 募集人員 若干名
- 申込方法 顔写真を貼った

### 学校公務務補募集

教育委員会では、学校に勤務する嘱託の公務補を募集します。

- 業務内容 校舎内外の管理業務全般
- 資格 市内に居住し、普通自動車運転免許を有する健康な方
- 募集人員 1人
- 採用日 4月1日
- 申込方法 顔写真を貼った市販の履歴書・運転免許証の写しを持参または郵送
- 詳細・申込 2月3日(金)までに、学務課総務係 ☎ 2 1 2 1 へ

●詳細・申込 2月13日(月)までに、環境衛生係 ☎ 2 1 2 1 へ

### 商工会議所職員募集

商工会議所では、職員を募集します。

- 職種 一般事務・経営指導補助
- 資格 18歳～35歳までの方で、高校卒業程度の資格および簿記検定3級以上の資格を有し、パソコン操作が可能な方
- 申込方法 顔写真を貼った市販の履歴書を持参または郵送
- 詳細・申込 1月20日(金)までに、商工会議所 ☎ 4 2 9 4 へ

市販の履歴書を持参または郵送  
●詳細・申込 児童家庭係 ☎ 2 1 2 1 へ

## 納期限のお知らせ

1月 31日

### 市道民税 (4期)

納税は便利な口座振替で!

【お問い合わせ】納税係 ☎ 2 1 2 1

## 水道

についての  
お問い合わせは...

### 中空知広域水道企業団

フリーアクセス  
(通話料金無料)

オイシイミズ

砂川営業所(砂川市役所1階)

080-080-01432

TEL 54-2121

TEL.53-3831 FAX.53-2126

料金のお支払いには、  
便利な口座振替を

まだまだ元気に働きたい! そんな想いをお持ちの方は...



シルバーの会員になろう!

ホームページ:  
<http://sunagawasilver.web.fc2.com/>

一緒に働いてくれる会員さん大募集!

砂川市シルバー人材センター

砂川市西7条北4丁目1-1(総合福祉センター内)

☎ 52-4159



### 社会福祉協議会 臨時職員募集

社会福祉協議会では、臨時職員を募集します。

- 業務内容 一般事務・福祉センター管理事務等
- 資格 市内に居住する20歳～45歳までの方で、普通自動車運転免許を有し、パソコン操作が可能な方
- 申込方法 顔写真を貼った市販の履歴書を持参または郵送
- 試験日 2月10日(金) (面接試験)
- 詳細・申込 2月3日(金)までに、社会福祉協議会⑤②2588へ

### 健康福祉



#### 子宮がん検診

今年度より1年に1回の受診が可能となりますので、昨年度受診された方も受診できます。なお、国民健康保険、

後期高齢者医療保険加入者は、料金が半額となりますので、保険証を持参してください。

- とき 2月23日(木) 午後3時～3時30分
- ところ 市立病院2階 多目的ホール
- 対象 20歳以上の市民
- 料金 2,000円
- 詳細・申込 2月10日(金)までに、ふれあいセンター⑤②2000へ

### 教育文化



#### 善行青少年推薦募集

青少年問題協議会では、平成29年度善行青少年の推薦を市民の皆さんから募集します。

- 推薦対象 市内に居住する小学生以上18歳未満の青少年で、他の模範となる行いや活動をされ、顕著な実績のあった個人またはグループ・団体
- 推薦期限 2月28日(火)まで
- 推薦方法 事務局に備え付けの推薦書に必要事項を記

入のうえ提出してください。また、推薦書は市ホームページからダウンロードすることもできます

- 審査 青少年問題協議会で審議・決定
- 詳細 青少年問題協議会事務局(社会教育課内)⑤②2121

#### 平成29年度コミュニティ・スクール活動団体募集

地域の方々が「コミュニケーションを図る場」として、学校施設を有効活用するコミュニティ・スクールの活動団体を募集します。また、現在活動している団体への入会を希望する方は、お問い合わせください。

- 開設期間 4月～3月(学校休業日を除く)
- 開設場所 市内小・中学校
- 開設時間 原則午後6時～9時
- 使用料(1時間あたり)
  - ・体育館510円
  - ・ミーティングルーム100円
- 対象 文化・スポーツ・レクリエーション活動等を行う、学区住民を中心とした5人以上の団体

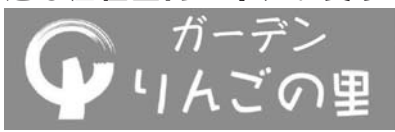
### 必ずチェック! 最低賃金 使用者も労働者も

最低賃金制度は、働く全ての人に、賃金の最低額(最低賃金額)を保障する制度です。道内で事業所を営む使用者およびその事業所で働く全ての労働者に適用される北海道最低賃金額が次のとおり改定されました。(平成28年10月1日発効)

◆北海道最低賃金 時間額 786円

- 運営 学校ごとに運営委員会を立ち上げ、自主管理で運営します
- 申請書 公民館窓口または市ホームページからダウンロードできます
- 締切 2月3日(金)
- ※ 年度途中での申請は原則受け付けません
- 詳細・申込 社会教育係⑤②2121へ

快適な居住空間の中、お食事や趣味の時間を楽しくお過ごしいただけます



サービス付き高齢者向け住宅

「安心」に支えられた「自由」な暮らしをりんごの里グループが支えます

【お問い合わせ】  
晴見3条北8丁目3番5号

☎ 52-3650

↓1人部屋12帖、2人部屋20帖



↑リビング

## 冬も子どもの国で遊ぼう!!

子どもの国では、幼児を対象とした屋内遊具遊び場、雪山滑り台、スノーラフティングコーナーを設置します。ぜひお越しください。

### ❖屋内遊具遊び場

- ◆実施期間 4月9日(日)まで
- ◆利用時間 午前10時～午後4時
- ◆ところ ふるさと活性化プラザ

### ❖雪山滑り台

- ◆実施期間 1月中旬～3月20日(祝)
- ◆利用時間 午前10時～午後3時
- ◆ところ 子どもの国中央口広場

### ❖スノーラフティング

- ◆実施期間  
1月中旬～3月20日(祝)までの土・日曜日、  
祝日 ※ 平日は要相談
- ◆利用時間 午前10時～午後3時
- ◆ところ  
砂川ハイウェイオアシス館横

- ◆利用料金  
環境整備維持費として1人1回100円

※ 雪山滑り台、スノーラフティングは、積雪の状況により実施期間を変更することがあります

#### 【お問い合わせ】

北海道子どもの国協会 ☎3319

## ～ SuBACo からのお知らせ～

### ◎バレンタインフェア

SuBACo おすすめのスイートロードのお菓子とコーヒー豆をセットにした4種類の「バレンタインギフト」をご紹介します。SuBACoでお好きなギフトカードを選び、お菓子屋さん提示すると「バレンタインギフト」が購入できます。

- ◆とき 1月23日(月)～2月14日(火)

#### ◆バレンタインギフトセット

- ①プチ・トリフ山屋 & CAFE MEDERU ②ほんだ & Life
- ③いよだ & あまとうみに ④ナカヤ & カフェポレポレ

- ◆価格 1,000円程度



### ◎バレンタインフェアお試し会

「バレンタインギフト」のお菓子とコーヒーをちよつとずつお試しできます。

- ◆とき 1月28日(土)、2月11日(祝) 午前11時～午後4時
- ◆参加料 500円
- ◆定員 各日30人まで ※ 予約可

### ◎特別ワークショップ～焙煎から楽しむコーヒーの淹れ方～

- ◆とき 1月28日(土) 午後1時～3時30分
- ◆講師 近藤伸博氏 { 滝川珈琲工房ピーベリー代表、  
コーヒーインストラクター (JCQA) }
- ◆参加料 500円
- ◆定員 10人 ※ 要申込



▶詳細・申込 SuBACo ☎4885へ

## ジャリン子の四季自然体験塾第4弾!

## ジャリン子冬体験塾!

～オアシスパークでわかさぎ釣りをしよう!～

- ①とき 2月4日(土) 午前9時15分～正午(受付9時～)
- ②ところ 遊水地管理棟・オアシスパーク
- ③参加料 無料
- ④定員 子ども50人(先着)、小学4年生以下は保護者同伴
- ⑤持ち物 水筒(温かい飲み物)、ビニール袋(釣ったわかさぎ入れ)、小さいす
- ※ 暖かい服装でお越しください。なお、釣りざお(子ども分)は用意します
- ⑥詳細・申込

1月19日(木)～27日(金)までに、砂川市子どもセンター協議会事務局(社会教育課内) ☎2121へ

## 平成29・30年度

### 競争入札参加資格審査申請を受け付けます

平成29・30年度に市が発注する工事または製造の請負、物件の買入れ、その他の契約に係る競争入札に参加する場合は、事前に入札参加資格者として登録されていることが必要です。

随時の申請は原則受け付けませんので、入札参加を希望される方は忘れずに申請を行ってください。

#### ●申請書

- 建設工事・設計等 北海道土木協会発行の市町村統一様式
- 物品・役務 砂川市独自様式(市ホームページからダウンロード、郵送を希望される方は82円切手を貼った返信用封筒を送付してください)
- 受付期間 1月16日(月)～2月10日(金)(土・日曜日、祝日を除く) 午前9時～午後4時まで
- 受付場所 市役所3階小会議室
- 詳細 契約管財係 ☎2121

# 新刊案内

## オススメの1冊



『面白くて眠れなくなる天文学』  
(縣秀彦)

天文学は、古来音楽や数学と並んで最も古い学問のひとつ。古代の人が星をコミュニケーションツールとして使っていた時代のはなしから、月や太陽など身近な天体の不思議、最新の宇宙論までたっぷり紹介。『面白くて眠れなくなる』シリーズの最新刊。

## 主な新刊書

12月1日以降に入ってきた新刊書です

### 文学書

- 赤へ (井上荒野)
- ある夜のダリア (内館牧子)
- 梅もどき (諸田玲子)
- 壁の男 (貫井徳郎)
- 恋のゴンドラ (東野圭吾)
- コンテキスト・オブ・ザ・デッド (羽田圭介)
- さよなら妖精 (米澤穂信)
- 慈雨 (柚月裕子)
- 煽動者 (ディーヴァー)
- Dの殺人事件、まことに恐ろしきは (歌野晶午)
- 人間の煩惱 (佐藤愛子)
- 夜行 (森見登美彦)
- 闇の平蔵 (逢坂剛)
- 老乱 (久坂部羊)

### 実用書ほか

- 井伊家のひみつ (ぴあ)
- 常備菜2 (飛田和緒)
- 新聞大学 (外山滋比古)
- だから数字にダマされる (小林直樹)
- トランプ(ワシントンポスト取材班)
- 蝸川幸雄 (河出書房新社)
- 花のソープ・カービング (山田梨絵)

### 児童書

- オムライスのだまご (森絵都)
  - 新幹線のたび (コマヤスカン)
  - ゆきゆきゆき (たむらしげる)
- ほか全220冊

【お問い合わせ】 図書館 ☎ 3 8 1 9



## 砂川市地域交流センター 伝言板 ゆう

### ■砂川市民劇団円座「砂川劇場物語 夢のつみだて」

砂川市民劇団円座のゆう開館10周年記念公演では、ゆうで活動を広げる落語、ジャズ、人形劇、バレエ、民謡などの子どもたちが参加します。「今までの事、これからの事、そして今。どれほどの事に夢中になってできるのだろう。どんな事に夢中になるのだろう。これまでの10年から次の10年、20年へ。小さなうれしいをふくらませていく」市民とともに歩んだ“ゆう10年の軌跡と未来への物語”です。ぜひご覧ください。

- ◆とき 2月12日(日) 開場14:00 開演14:30
- ◆ところ 大ホール
- ◆チケット 一般1,000円 高校生以下500円

### ■ゆういきいきサロン

今回の体操は百歳体操です。体操の後には地域包括支援センターの職員から健康についてのお話を聞きましょう。

- ◆とき 1月30日(月) 10:00~12:00
- ◆ところ 大ホール
- ◆参加料 無料

### ■ゆう百歳体操

◆とき 毎週月曜日 (1月16日、23日、2月6日、13日)

- ◆とき 10:00~11:30
- ◆ところ 大研修室ほか

## ♪ゆう子ども向けイベント♪

### ■ゆうゆうひろば

新年の子ども遊びといえはたこ揚げ!みんなでたこ揚げを楽しもう!!

- ◆とき 1月18日(水) 15:00~16:00
- ◆参加料 無料



## 砂川市地域交流センターゆう 開館10周年記念式典

地域交流センターゆうは、1月7日に開館10周年を迎えました。それを祝し、記念式典を開催します。

記念式典は来賓のほか、市民の皆さんにもご参加いただきながら、一緒にお祝いしたいと考えています。

多くの方のご来場を心よりお待ちしております。

- ◆とき 2月4日(土) 14:00~15:30(開場13:30)
- ※ 時間は進行状況により変わる場合があります
- ◆ところ 大ホール
- ◆対象 市民
- ◆入場料 無料

【お問い合わせ】 NPO法人ゆう事務局 ☎ 3 1 1 1

チケット取扱い 公民館、総合体育館、観光協会、石家商店、オオヤマ、いわた書店、砂川パークホテル、ゆう



# 保健師のおはなし

## ～自分の血圧を知ろう～

血圧を測るたびに数値が変わる経験をしたことがありませんか？この血圧の変化を「血圧日内変動」といい、一般的には朝起きてから徐々に上昇し始め、活動する日中に高くなり、夜になるにつれて下降し、睡眠中はさらに下降します。血圧には自律神経の働きが深く関わり、活動が活発なときには交感神経、体を休めているときには副交感神経が働きます。体内の血液がむだなく全身にいきわたるようになるために、活動に応じて血圧が変動し、血流を調整して体を守っています。

高血圧は自覚症状がないまま進行し、脳梗塞や心筋梗塞、腎臓病などの病気を引き起こす可能性があります。朝と夜の最低2回は血圧を測定することで、血圧の変化や平均値からおおよその平常値を知ることができ、病気の早期発見につながるるとともに、治療をしている方は重要な資料にもなりますので、朝と夜の毎日2回の血圧測定を習慣付けましょう。ふれあいセンターでは、血圧を毎日記録するために血圧手帳を配付していますので、ぜひご利用ください。

### 測定のタイミング

#### 朝

- ・起床後1時間以内
- ・トイレに行った後
- ・朝食の前
- ・薬を飲む前

#### 夜

- ・寝る直前
- ・入浴や飲酒の直後は避ける

正常血圧の基準値		
家庭で測定	収縮期	拡張期
	125未満	80未満
高血圧の診断基準		
病院で測定	収縮期	拡張期
	140以上	90以上
家庭で測定	135以上	85以上

◆お問い合わせ ふれあいセンター☎2000

## 赤ちゃんネル



No. 311

えいた  
★ 小野 瑛大 ちゃん ★  
平成27年12月21日生まれ

こんにちは。小野家の長男の瑛大です。12月で1歳になりました。1歳になったけど、まだ歩けないの。ずりばいでどこへでも行けちゃうから、まだ歩かなくても平気なんだ。お姉ちゃんも1歳3か月まで歩かなかつたし、僕もまだまだ歩かないよ。僕の特技は指しゃぶり。それも中指と人差し指の二刀流。その2本じゃないとしゃくりこなくて。それから僕が一番の心配事は身長かな。この前測ったら、みんなと比べたら体重は重たいのに少し小さかったみたいなの。お父さんに似たのかな。なら仕方ないや。お母さんの作るごはんをいっぱい食べて大きくなろうっと。

瑛大が生まれてあつという間の1年でした。最近では、お姉ちゃんとの姉弟ゲンカも始まり、お姉ちゃんに負けず劣らずのきかん坊っぷりを見せてくれています。たくさん笑顔を振りまいてくれる瑛大にいつも癒やされています。いっぱい食べて、遊んで、大きくたくましく姉弟そろって元気に成長してほしいと願っています。

(母・小野 梓さん)

### 声(カセットテープ)で「広報すながわ」をお届けします

毎号、発行日に合わせお届けします。目が不自由な方だけでなく、字が読みづらくなった方などご利用ください。

■詳細 広報広聴係☎2121



### 1歳の記念に

## 赤ちゃんネルに 応募してみませんか

満1歳前後のお子さんを紹介しています。400字前後のコメントに写真を添えて申し込みください。

■詳細・申込 広報広聴係☎2121へ