

No. 2161

広報 令和元年6月15日号

# すながわ

砂川市第7期総合計画  
計画作りが始まりました

1等目指して全力で走る！  
(豊沼小学校運動会)

# 砂川市第7期総合計画

（令和3年度～12年度）

## 計画づくりが始まりました

現在、本市では、砂川市第6期総合計画のもと、「安心して心豊かにいきいき輝くまち」を目指す都市像として掲げ、まちづくりを進めてきましたが、計画の期間が令和2年度までとなつていくことから、令和3年度からスタートする「砂川市第7期総合計画」策定の取り組みを始めています。

この計画づくりを市民の皆さんと共に進め、計画を実現していくことを目指す新しい総合計画の策定方針をご紹介します。

計画づくりにあたって

本市は昭和41年以来、まちづくりの基本となる総合計画について、その時々々の時代背景や社会情勢の変化に対応しつつ、全6期に渡って「砂川市総合計画」を策定し、まちづくりを進めてきました。

この間、少子高齢化と人口減少は一段と進む一方で、市民の安全・安心に対する意識や環境意識の高まり、ライフスタイルの変化など、地方自治体を取り

巻く社会経済情勢は大きく変化しています。

このような中で、これから策定する新総合計画は、時代の変化やさまざまな課題など、現状を見据えながら策定する必要があり、適切な取り組みの方向を示すものでなければなりません。市民の皆さんと共に10年後のまちの将来像を描くとても大切な計画です。広くご意見をお聴きする機会も設けていますので、ぜひ一緒に進んでまちづくりを考えていきましょう。

Q 「総合計画」とは？

A 総合計画は、将来の砂川市をどのような「まち」にしていくのか、まちづくりの長期的展望に立って将来像（めざす都市像）を描き、今後10年間にやるべきことを明らかにした、総合的かつ計画的な市政運営を図るための砂川市の最上位計画であり、市政の基本となる計画です。現在、都市計画マスタープランや子ども・子育て支援事業計画などといった各分野に各種計画がありますが、これらはすべてこの総合計画と整合性が図られています。



計画策定の視点

5つの基本的な考え方に基づいて策定を進めます

1 将来人口を見据えた計画づくり

「砂川市人口ビジョン」による本市の将来目標人口は、市独自推計で令和42（2060）年に10,343人であり、この実現に向けて「砂川市まち・ひと・しごと創生総合戦略」に基づき、さまざまな人口減少対策に取り組んでいます。今後も人口減少の抑制に重点を置き、人口減少の中にあっても活力のある持続可能なまちを目指した計画づくりに取り組みます。

2 市民と協働による計画づくり

市民と行政が一体となって、情報を共有し、意見交換を行いながら計画づくりに取り組みます。なお、策定の経過や内容などについては、随時市ホームページなどで公開します。

3 わかりやすい計画づくり

市民の皆さんとまちづくりの目標を共有しながら一緒にまちづくりを進めるために、各施策における目標や手段などを明記し、将来の砂川がどのようなことを目指しているのか、誰もがわかりやすい計画づくりに取り組みます。

4 「成果指標」を表した計画づくり

各施策にまちづくりの「ものさし」となる「成果指標」を設定し、計画に掲げたまちの姿にどのくらい近づいたか、また、各事業の取り組みがどのように貢献したかを計ることができる計画づくりに取り組みます。

5 社会経済状況を考えた計画づくり

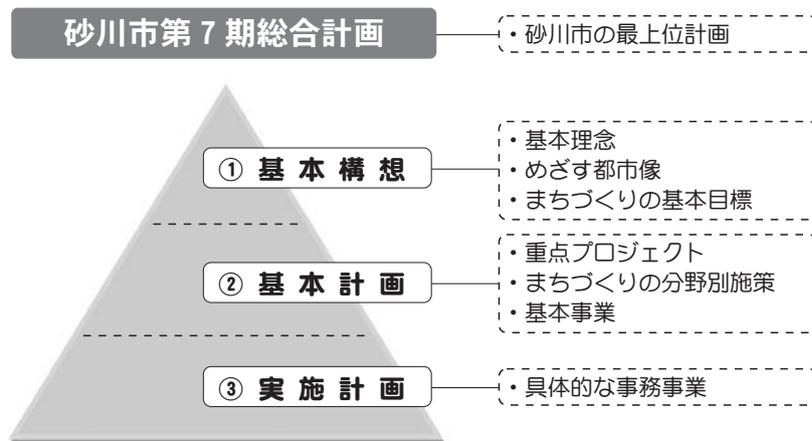
人口減少や税収の減少など、地方自治体を取り巻く環境が変化する中で、新総合計画を地域の活性化につながる計画とするため、今後の財政見通しや社会経済状況などの検討を行いながら計画づくりに取り組みます。



砂川市第7期総合計画

# 総合計画の概要

「基本構想」「基本計画」「実施計画」の三層構造で構成します



**①基本構想**  
基本構想は、本市のまちづくりの将来像や将来目標を明らかにし、これらを実現するために必要とされる基本的な施策の大綱（政策）を示すものであり、計画期間は、令和3年4月1日から同13年3月31日までの10年間とします。

**②基本計画**  
基本計画は、基本構想で設定した本市の将来像や将来目標を実現するために必要な手段や施策を示すものであり、計画期間は、令和3年4月1日から同13年3月31日までの10年間とします。なお、中間年において進捗状況などの点検を行います。

**③実施計画**  
実施計画は、基本計画で示された施策に基づいて、具体的な事業内容や実施時期を明らかにした行財政運営の指針とするものであり、計画期間は、3か年計画（1・2次は3か年、3次は4か年）とし、事業の成果などを確認しながら見直しを行うものとします。

## 市民参加の取り組み

市民の皆さんから広く意見を求め意見反映の機会をつくりながら、市民と協働の計画づくり・まちづくりを進めます。

### ①市民アンケート

市民の皆さんが、まちの現状をどのように認識し、どのようなまちづくりや暮らしを望んでいるのかなどを把握するために「市民アンケート」を実施します。詳細は、5ページをご覧ください。

また、別途中学生・高校生・看護学生アンケートも実施します。

### ②市民意見の募集

これからのまちづくり『砂川市のめざす姿』に向けて、市民の皆さんから意見を募集し、総合計画の基本構想の中で、将来のまちの姿などの策定に活用します。

### ③子どもワークショップ

大人の意見だけではなく、10年後のまちづくりを担う小・中学生、高校生の視点からの意見

も大切であることから、「子どもワークショップ」を開催し、地域の課題やまちの良いところ、これからのまちづくりについて意見などを伺います。

### ④各種団体などの意見交換

日頃の活動などから、砂川市の将来展望に対する考え、まちづくりに対する意見や提言などを伺います。

### ⑤市民との懇談会

各地域において懇談会を開催し、市民との対話を通じて地域の課題、まちづくりに対する意見や提言などを伺います。

### ⑥パブリックコメントの募集

基本構想、基本計画の素案に対して、市民から意見を公募します。寄せられた意見に対しては、意見を公表するとともに、総合計画の策定に活用します。



## 皆さんの意見をまちづくりに活かしませんか 市民アンケートにご協力ください

市民の皆さんが考えているまちの課題や夢、まちづくりへのご意見などを伺い、新しい計画づくりの参考にするため、市民アンケートを実施します。



このアンケートで得られた情報は、新たな基本計画の施策などを検討するときの基礎資料として活用する大切なものですので、調査票がお手元に届きましたら、調査の趣旨をご理解のうえ、ご協力をいただきますようお願いいたします。

- **調査対象** 満18歳以上の市民の皆さんから無作為に抽出した1,500人
- **調査方法** 郵送による配布・回収
- **回収期限** 7月12日(金)までに、同封の封筒で返送

## 砂川市総合計画の審議

### 総合計画審議会を設置しました

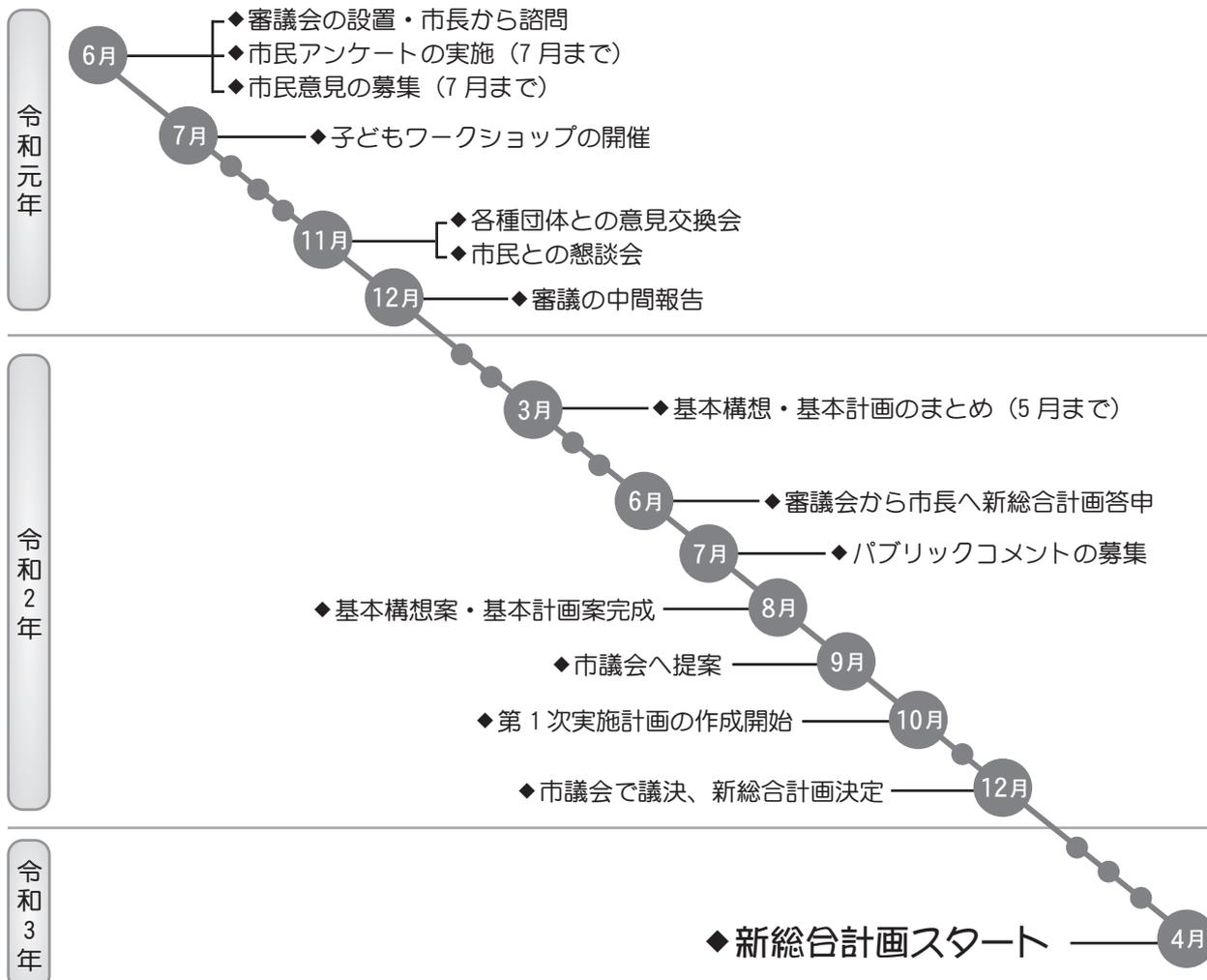
砂川市総合計画審議会が6月4日に発足しました。委員は、学識経験者7人および公共的団体の代表者7人のほか、その他市長が必要と認めるものとして、公募による市民委員7人を加えた21人で構成され、会長には、砂川商工会議所会頭の其田勝則氏、副会長には砂川市社会福祉協議会副会長の岡本昌昭氏が選ばれました。

今後、審議会では、砂川市総合計画の策定に関し、市長の諮問に応じて、その必要な事項について調査・審議し、意見を答申することになります。



▲審議会に諮問をする善岡市長

## 新総合計画策定の体制とスケジュール



【お問い合わせ】企画調整係 ☎ 2 1 2 1

## 今年もすながわプレミアム商品券を販売します！

砂川商工会議所では、10,000円で12,000円分のお買い物ができる「すながわプレミアム商品券」を、今年も2,000セット販売します。商品券は7月7日(日)から12月31日(火)の間、取扱加盟店のポスターを掲示したお店でご利用できます。ぜひ市内でお得な買い物をお楽しみください。

- ◆販売日 7月7日(日) 午前10時～午後1時まで ※ 完売次第終了
  - ◆販売場所 地域交流センターゆう
  - ◆販売価格 1セット10,000円(額面1,000円×12枚)
  - ◆購入限度 1人2セットまで(18歳以上を対象)
  - ◆有効期限 7月7日(日)～12月31日(火)
- ※ 取扱加盟店は、7月上旬に新聞へ折り込まれるチラシをご覧ください  
商工会議所へお問い合わせください
- ◆お問い合わせ 商工会議所 ☎ 4 2 9 4

20%おトク！



## 砂川でプチ体験モニター募集！

市では、市民や観光客に楽しんでいただく“プチ体験”を検討しています。体験の受け入れ練習と改善点などを検討するため、実際に体験しアンケートに答えていただく「体験モニター」を募集します。男女問わず参加できますので、お気軽にお申し込みください。



「スイーツ応援団」に登録して、体験の様子や砂川のPRなどスイーツな情報をSNSで発信しませんか。抽選で40人にオリジナルトートバックをプレゼントします！  
※ 当日各会場で登録を受け付けます

- ◆と き **7月9日(火)** ◆申込締切 7月5日(金)までに、各申込先へご連絡ください

時間	体験内容	定員	実施会場	参加料	詳細・申込
10:00～11:00	養鶏場でたまご取り体験～鶏や餌の話と自然有精卵を6個お持ち帰り～	6人	もっきりや(一の沢)	500円	もっきりや吉野 090-3897-9715 ☒ musubite201210@gmail.com
10:00～11:00	管理棟の屋上でヨガ体験～青空の下で骨盤引き締めヨガ～	10人	遊水地管理棟(西5南8)	1,000円	よがのわ川端 090-6444-1675 ☒ qnhhb033@googlemail.com
11:00～12:00	砂川市でマインドフルネス体験～よけいな考え事をやめて自分にフルエネルギーチャージする方法～	20人	遊水地管理棟(西5南8)	1,000円	カミスナヨガ 千葉 ☒ s.chiba.kamisunagawa@gmail.com ※ Facebook・Instagramのメッセージでも受け付けます
11:30～13:00	スパイスのお話とスパイスカレーのランチ体験～身近なスパイスの使い方～	8人	カフェルリ(西1北2)	1,500円	カフェルリ LINE@: @neo5582r
13:00～14:00	小さな家づくり体験～色々な素材を使ってオリジナルの作品づくり～	5人	風露(晴見1北10)	1,500円	カフェメデル ☎ 5146 ☒ cafemederu@gmail.com ※ 風露店舗で受け付けはできませんのでご注意ください
13:00～14:00	ラベンダーのバントルズと匂い袋づくり体験～オープンガーデンでラベンダー遊び～	5人	ローズミントラ(吉野3南6)	1,000円	ローズミントラ奥山 ☎ 3378
13:30～14:30	季節の野菜収穫体験～採りたての夏野菜を美味しくいただく～	10人	奥山農園(北吉野町)	500円	奥山農園 ☎ 5444 (9:00～17:00) ☒ itigocake2002@yahoo.co.jp
14:00～15:30	はじめてのペーパードリッパ体験(お菓子付)～コーヒーを楽しもう～	3人	カフェメデル(西1南4)	1,500円	カフェメデル ☎ 5146 ☒ cafemederu@gmail.com
15:00～16:00	「すながわっふる」をデコレーション体験(コーヒー付)～ドライフルーツやチョコなどを使ってオリジナルスイーツづくり～	8人	中道ファームの米粉カフェ(東1北2)	1,000円	中道ファームの米粉カフェ 080-1866-6719
15:00～16:00	セルフ足つぼマッサージ体験～100円ショップの足踏み板を使ってリフレッシュ～	8人	地域交流センターゆう(東3北2)	1,000円	むすびて 吉野 090-3897-9715 ☒ musubite201210@gmail.com

※ 体験にかかる参加料は各会場で当日お支払いください

- ◆お問い合わせ 観光係 ☎ 2 1 2 1



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>

### 春の陽気に包まれて

(5月19日 北光公園)

毎年恒例の「すながわ緑と花の祭典」が開催され、市内外から親子連れなど約8,000人が来場しました。初夏のような陽気となり天候にも恵まれ、歌謡ショーや楽器演奏などのステージのほか、アトラクション遊具で子どもたちが大はしゃぎするなど、世代を問わず皆さん楽しんでいる様子でした。



●歌謡ショーで美声を披露する伊藤咲子さん

### あいさつの輪を広げよう

(5月21~23日 市内各所)

通学路などに各団体の方が立ち、おはようの声を一斉に行う「あいさつ運動強調週間」が実施され、登校する子どもたちと笑顔であいさつを交わしました。「地域の宝」である子どもたちを温かく見守る事業として20年目を迎えた今年は57団体が参加しました。秋にも同様に強調週間の実施が予定されています。



●「おはようー」のキャッチボールは大人も元気になりますね

### “暑い”熱気で盛り上がった運動会

(5月25日 各小学校)

5月としては高い気温で、子どもたちは“暑さ”を吹き飛ばすかのように元気に競技を披露していました。徒競走や綱引きなどの種目が行われ、各学年ともに練習の成果を遺憾なく発揮しました。入学したばかりの1年生も力の限り頑張っており、競技が終わると保護者から大きな拍手が送られました。



●みんなで力を合わせて頑張りました(豊沼小)

### 春の自然を満喫!

(6月1日 ネイパル砂川)

「ジャリン子春体験塾」が行われ、19人の子どもとその保護者がウォークラリーで山菜採りなどを楽しみました。山菜などに関する問題に挑戦しながら山菜を採り、その後の昼食では、採った山菜を天ぷらにしたり、ピザ生地に乗せて焼いて食べました。春の暖かい陽気の中で自然を満喫した1日となりました。



●おいしいピザが焼けました!



## くらし



### スズメバチの巣の撤去

スズメバチが巣を作り始める時期になりました。女王蜂は1匹で巣を作り始めますが、巣の作り始めのころはほとんど攻撃性がないため、どんなでもスプレー式殺虫剤で容易に巣を取り除くことができます。市では、一般住宅にできたスズメバチの巣の撤去を行っています。市では、日頃から住宅周りの点検を行いましよう。

※ 市で駆除するのが困難な場所や事業所に巣が出来た場合は、駆除業者を紹介いたします

- 詳細 環境衛生係④212



### 下水汚泥資源の利用

下水道の流末処理場である奈井江浄化センターでは、毎日発生する下水汚泥を発酵肥料（コンポスト）化したものを配布しています。

#### ● 料金等

- ・ 利用者が袋を用意し、奈井江浄化センターまで直接取りに行く場合は無料
- ・ 目的地まで運搬希望の場合は、運搬費用（1台3,000円）がかかります

#### ● 配布期間 10月下旬まで

- 詳細 奈井江浄化センター⑥5418

### 定例行政相談

国などの行政全般についての苦情や要望などの相談に行政相談委員が対応しますので、お気軽にご相談ください。

- とき 6月21日(金) 午前10時～正午
- ところ コーポさつぼろ砂川店

#### ● 相談料 無料

- 詳細 生活交通係④212

## 健康 福祉



### 特定医療費等医療受給者証の更新

特定医療費等医療受給者証の有効期間が9月30日までの方、有効期間の更新が必要の方は、お早めに申請をしてください。

- とき 7月1日(月)～9月30日(月)（土・日曜日、祝日を除く）午前8時45分～午後5時30分
- ところ 滝川保健所

#### ※ 臨時受付 8月6日(火)

午前10時～午後3時 芦別市総合福祉センター別館2階 会議室B（芦別市北1条東1丁目8・5）

#### ● 対象

- 次のいずれかの受給者証をお持ちの方で、有効期間が9月30日までの方
- ・ 特定医療費（指定難病）受給者証（白色）
- ・ 特定疾患医療受給者証（藤色）
- ・ ウイルス性肝炎進行防止対策（肝炎治療特別促進事業）医療受給者証（水色）
- ・ ウイルス性肝炎進行防止対策・橋本病重症患者対策医療受給者証（緑色）

※ 対象者の方に対して、保健所から更新案内を送付します

- 詳細 滝川保健所④6201

### こころの健康相談

こころの病気についてのさまざまな相談やストレス・思春期の問題・認知症の問題などに専門医が相談に応じます。

- とき 7月11日(木) 午後2時～4時30分
- ところ 滝川保健所

● 詳細・申込 7月10日(水)の午後4時までに、滝川保健所④6201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

入居者募集中

ガーデン  
りんごの里

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

子育て



児童手当の現況届

現在児童手当を受給している方は、引き続き手当を受ける資格があるか確認するため、毎年6月1日現在の状況を記載した現況届を提出していただく必要があります。この届け出がないと6月分以降の手当が受けられなくなりま。対象の方には、すでに案内文書を送付していますので、6月28日(金)までに、子育て支援係窓口まで忘れずに提出してください。なお、公務員の

7月1日 納期限のお知らせ

市道民税 (1期)

毎週火・木曜日(閉庁日を除く)は、午後7時30分まで納税相談を受け付けています。

【お問い合わせ】納税係 ☎ 2121

方は勤務先で手続きをしてください。

●詳細 子育て支援係 ☎ 2121

募集



税務職員募集

札幌国税局では、国税局や税務署において税のスペシャリストとして活躍する税務職員を募集します。

●資格 高校卒業見込みまたは卒業後3年以内の方

●申込期間

・インターネット 6月17日(月)～26日(水)、申込専用アド

レス <http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

※ インターネット申し込みができない場合は、人事院北海道事務局にお問い合わせください

●試験日 第1次試験 9月1日(日) (基礎能力試験、適性試験、作文試験)

●詳細 滝川税務署 ☎ 2191

那須里子氏が  
瑞宝単光章を受章

このたび、那須里子氏(晴見2北5)が瑞宝単光章を受章され、5月23日、その報告が自宅で行われました。

那須氏は、昭和46年に民生委員・児童委員に選任され、平成10年から同19年まで、砂川市民生児童委員協議会副会長を務めるなど、永年に渡り市の社会福祉の増進に努められ、多大な貢献をされました。なお、同氏は平成10年に北海道社会貢献賞および厚生労働大臣特別表彰、同13年に市功労者表彰を受賞されています。



受章された那須氏

戦没者・殉職者慰霊式を開催します

戦争中に亡くなられた方々への慰霊を行い、次世代への平和を誓うため、戦没者・殉職者慰霊式を開催します。一般の方の参列も可能ですので、趣旨に賛同いただける方の参列をお待ちしています。参加申し込みは不要です。



- ◆とき 6月28日(金) 10時30分～
- ◆ところ 総合福祉センター 大集会室
- ◆お問い合わせ 社会福祉係 ☎ 2121

第10回 今年で最後!  
すながわ  
ジャリボリー

7.13  
土曜日

会場:株式会社ローレル  
砂川市西豊沼275番地 TEL.52-3756

子どもの  
お仕事と  
ものづくりの  
お祭り!

まだまだ元気に働きたい!そんな想いをお持ちの方は...



シルバー会員大募集!!

砂川市 シルバー人材センター ☎ 52-4159  
西7条北4丁目1-1(総合福祉センター内) <http://webc.sjc.ne.jp/sunagawa/>

## 公民館教室「夏休みの陶芸教室」

夏休みに陶芸で、カップやお皿、花びんを作ってみよう！

- ★とき 7月30日(火)、8月6日(火) 午前10時～正午
- ★ところ 公民館2階 第1実習室
- ★対象 小学生
- ★定員 20人
- ★講師 公民館サークル 火曜会
- ★教材費 700円
- ★持ち物 筆記用具、エプロン、ハンドタオル
- ※ 汚れてもよい服装で参加してください

▶詳細・申込 6月17日(月)～7月15日(木)までに、公民館☎2339へ

## 健康あそびスポレクひろば！

北海道レクリエーション協会では、運動が苦手な人も含め、誰もが楽しく体を動かし、心も元気にすることができると子どもたちのための「健康あそびスポレクひろば」を開催します。

- ◆とき 7月7日(日) 午後1時～4時 (受付午後0時30分～)
- ◆ところ 東地区コミュニティセンター
- ◆対象 運動不足の方、体と心の健康や自分の体力チェックに関心のある方
- ※ 親子での参加も可。なお、3歳未満の子どもは参加できません

- ◆定員 50人
- ◆講演 演題「あそびスポレクで健康長寿と子育て支援」  
講師 札幌国際大学人文学部 教授 蔵満保幸氏
- ◆実技 「あそびレク・スポーツでレク式体力チェック」  
講師 日本レクリエーション協会公認指導者

- ◆参加料 無料
- ◆持ち物 上靴、筆記用具、タオル、動きやすい服装、飲料水

- ◆詳細・申込 7月1日(月)までに、中空知レクリエーション協会 川口☎6299または砂川慈恵会病院 椿原☎2300へ



## 「消費税対策砂川市プレミアム付商品券」の取扱店を募集します

10月1日の消費税率引き上げに伴う低所得者・子育て世帯の消費に与える影響を緩和するとともに、その消費を喚起・下支えするため、所得の少ない方および子育て世帯の世帯主に対し、「消費税対策砂川市プレミアム付商品券」を発行することから、商品券が利用できる取扱店を募集します。

- 参加資格 市内で営業されている店舗・事業所
- ※ 商工会議所が実施する「すながわプレミアム商品券」に参加する場合、この手続きの必要はありません
- 申込期間 6月17日(月)～8月30日(金)
- ※ 申し込み後、市の審査を経て取扱店として承認し、通知します
- 換金方法 換金手数料はかかりませんが、換金期間・手続方法などについては後日連絡します
- 商品券利用期間 10月1日(火)～3月15日(日)
- 詳細・申込 商工振興係☎2121へ

## 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
支援補助員	不問	4
大型ダンプ運転手(10t)	不問	2
看護師または准看護師(外来)	59歳以下	1
ホームヘルパー	18歳以上	1
土木技術者	64歳以下	1
ソフトクリーム販売員	不問	4

(6月5日現在)

- ◆お問い合わせ  
ハローワーク砂川☎3147

## 初夏の「お試し公民館」のお知らせ

公民館では、多くのグループ・サークルが趣味や教養を高める活動をしています。6月をグループ・サークルの体験・見学月間としましたので、この機会に公民館のグループ・サークルをお試ししてみませんか。

❖実施期間 6月末まで

❖実施場所 公民館



### 参加団体

※ 教材品の実費など負担があります

NO.	分野	グループ・サークル名	NO.	分野	グループ・サークル名
1	俳句	創の会	12	ダンス	砂川社交ダンス同好会
2	陶芸	陶友会	13	ダンス	砂川フォークダンス同好会
3	工芸	ソープカービング リラ	14	ダンス	砂川リズム体操
4	手芸	ビーズサークル Legare	15	エアロビ	エアロビックきたそら
5	詩吟	岳風会 砂川吟友会	16	ヨガ	レディースヨガサークル
6	舞踊	桜の会	17	ヨガ	ヨガサークルゆったり～よがのわ～
7	舞踊	砂川音頭保存会	18	登山	砂川山岳会
8	箏曲	箏曲 宮城社 箏〈萩の会〉	19	生活	着物サークル 雅会
9	音楽	砂川混声合唱団	20	成年後見	成年後見を学ぶ会
10	音楽	砂川マンドリンアンサンブル	21	囲碁	砂川囲碁クラブ
11	音楽	琴城流 大正琴 砂川愛好会	22	百人一首	砂川百人一首かるたクラブ

## 「出張公民館講座」を受講してみませんか？

公民館で活動するグループ・サークルが講師となり、お近くのコミュニティセンターや町内会館を会場として、出張公民館講座を開設します。5人以上の仲間を集めて、興味のある講座を受講してみませんか。

❖対象 5人以上のグループや団体

❖実施期間 令和2年3月末まで

❖実施場所 コミュニティセンターや町内会館など



### 開設講座

※ 会場使用料や教材品の実費など負担があります

NO.	分野	講師サークル	NO.	分野	講師サークル
1	俳句	創の会	9	ダンス	砂川社交ダンス同好会
2	書道	麗水書道会	10	ダンス	すながわ夷
3	生花	池坊 柴翠会	11	ヨガ	ヨガサークルゆったり～よがのわ～
4	詩吟	岳風会 砂川吟友会	12	スピーチ	司会・アナウンスインプレッション
5	舞踊	桜の会	13	手話	砂川手話の会
6	舞踊	砂川音頭保存会	14	成年後見	成年後見を学ぶ会
7	箏曲	箏曲 宮城社 箏〈萩の会〉	15	百人一首	砂川百人一首かるたクラブ
8	フォークダンス	砂川フォークダンス同好会			

◆詳細・申込 文化学習係☎2121へ

# 新刊案内

## オススメの1冊



『ちゆるちゆる』  
(内山悠子 / 絵)

「きょうのちゆるちゆるチャーシューメン。なにから食べる。たまごにする。やっぱりめんからいただきます。」

うどん、ざるそば、ナポリタン。本物そっくりな“ちゆるちゆるめん”がいっぱい！写真と間違えそうなくらい精巧な絵で描かれた、おいしくて楽しい仕掛け絵本。

## 主な新刊書

5月1日以降に入ってきた新刊書です

### 文学書

- マリコを止めるな！ (林真理子)
- 信州・善光寺殺人事件 (梓林太郎)
- シーソーモンスター (伊坂幸太郎)
- 見えない轍 (鏡木蓮)
- 中野のお父さんは謎を解くか(北村薫)
- とめどなく嘔く (桐野夏生)
- 呪護 (今野敏)
- 隠居すごろく (西條奈加)
- もういちどベートーヴェン(中山七里)
- マジカルグランマ (柚木麻子)

### 実用書ほか

- チョコちゃんに叱られる (NHK「チョコちゃんに叱られる!」制作班)
- 70歳のたしなみ (坂東眞理子)
- 私がオバさんになったよ(ジーン)
- パンダのすべて (今泉忠明)
- 冷凍つくおき (nozami)
- バラ図鑑820 (主婦の友社)
- 世界の美しいスタジアム (パイインターナショナル)
- ありがとうを言えなくて(野村克也)
- 大人の話し方聞き方超入門(宮島正洋)

### 児童書

- 朝日ジュニア学習年鑑2019 (朝日新聞出版)
  - 鹿の王 水底の橋 (上橋菜穂子)
  - ABCパーティ (tupera tupera)
  - こどもドラッカーのことば(齋藤孝)
  - 都会のトム&ソーヤ16 (はやみねかおる)
- ほか全160冊

【お問い合わせ】 図書館② 3 8 1 9



# 砂川市地域交流センター 伝言板 ゆう

## ■アートプロデュース・トライアル事業企画募集

今年度のアートプロデュース・トライアル事業企画を募集します。芸術文化に関わる企画を募集し、採用された企画には、ゆうが助成金やアドバイスなどのサポートをします。イベント企画・実施は初めてという方でも、ゆうが支援しますので一緒にイベントを実現させましょう！

- ◆申込期間 6月30日(木)まで ※ 当日消印有効
- ◆申請様式 ゆうホームページからダウンロードできます  
<http://www.you-yukai.com/for-staff/8245.html>

## ■ゆうシアター「戦後の二大スター 市川雷蔵と中村錦之助」

市川雷蔵と中村錦之助、多くの映画ファンを魅了し一世をふうびした戦後の二大スターがゆうの銀幕によみがえる！初日は市川雷蔵が亡くなりちょうど50年。ぜひご鑑賞ください。

- ◆とき・上映作品
  - 7月17日(水) 10:30～ (開場10:00～) 「弁天小僧」
  - 13:15～ (開場13:00～) 「眠狂四郎殺法帖」
  - 7月18日(木) 10:30～ (開場10:00～) 「沓掛時次郎 遊侠一匹」
  - 13:15～ (開場13:00～) 「反逆児」

- ◆ところ ミニホール
- ◆チケット 通し券1,000円、1日券800円、1回券500円

## ♪ゆう子ども向けイベント♪

### ■ゆうゆうひろば「シャボン玉を飛ばそう」

大きなシャボン玉を作って飛ばしてみよう！たくさんのお友達と一緒に遊びにきてくださいね♪

- ◆とき 6月26日(水) 15:00～
- ◆ところ まちづくり広場 (中庭)

### ■ゆういきいきサロン

今月も前半は「ふまねっと運動」を行い、後半は中空知レクリエーション協会の講師をお招きしてレクリエーションを楽しみます♪

- ◆とき 6月28日(金) 10:00～12:00
- ◆ところ ミニホール
- ◆参加料 無料

### ■ゆう百歳体操

- ◆とき 毎週月・木曜日
- 月曜日(6月17日、24日、7月1日、8日、15日)
- 木曜日(6月20日、27日、7月4日、11日)

- 10:00～11:30
- ◆ところ 大ホールほか

施設点検のため6月19日(水)を臨時休館日とします

【お問い合わせ】 NPO法人ゆう事務局④ 3 1 1 1  
チケット取扱い 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

## 広報が新しくなります

「広報すながわ」7月1日号より、紙面デザインを新しくするほか、文字を視認性に優れたユニバーサルデザインフォントに変更します。少しでも見やすい、わかりやすい広報紙となるよう心がけていきますので、よろしく願いいたします。

- 旧 7月1日号から、文字のフォントが変わります。
- 新 7月1日号から、文字のフォントが変わります。



# 保健師のおはなし

～フレイルを知っていますか？～

フレイルとは、加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり、家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねることで生じやすい衰え全般を指し、介護が必要な状態の前段階のことを言います。フレイルに至る原因としては、生活習慣病の悪化に加え、加齢によって起こる場合や、生活習慣病と加齢がゆっくり進む中で生活が不活発になって起こる場合、低栄養、多剤服用、加齢に伴う眼科疾患や骨粗しょう症などさまざまな要因が考えられます。また、病気や加齢以外にも、一人暮らしになったり、外出頻度や社会活動が減少し、地域とのつながりが希薄になることで心身が衰えるなど社会的な要因も重なり、フレイルに陥っていきます。

加齢は止めることはできませんが、生活習慣病の重症化を予防することは可能です。心臓や脳、腎臓などがきちんと働き、体の隅々（筋肉）に必要な血液がきちんと流れるよう、血管を守っていくことが重要です。そのためには、基礎疾患となる高血圧や糖尿病、脂質異常症などをしっかりコントロールし、生活習慣病が重症化していかないように若い頃からの健康管理が必要です。継続的に健診を受診して体の状況を確認しながら、食生活や身体活動を見直し、必要な人は医療機関で治療を受けるなど、早め早めの生活習慣病予防を心がけてフレイルの予防へとつなげていきましょう。



◆お問い合わせ ふれあいセンター⑤2000

## 赤ちゃん ネル



No. 333

★ はると 岡田 陽翔ちゃん ★  
平成 30 年 3 月 14 日生まれ

皆さんこんにちは！3月で1歳になりました岡田陽翔です。最近いろんなことに興味が出てきて、特に食べるのが大好きです。ごはんだよーって呼んだら、それまでごろごろしてたのにこちらに向かってきて大興奮！ほかにも絵本を読んでもほしいときは本をたくさん持ってきて「読んでー！」ってしてきたり、抱っこしてほしいときに私の手を引っ張って自分は手を広げて足裏をこすり合わせて「抱っこしてー！」ってアピールをしてきて甘えんぼさんなときもあります。

おもちゃ遊びも大好きでカップや積み木を積み重ねしたりして物への興味もたくさん出てます。お姉ちゃんとおもちゃの取り合いでケンカしたりもするけど、これから仲良く遊んでくれることに期待しています！

これからの成長がますます楽しみです！

(母・岡田香奈さん)

### 市の人口 ★ 5月末現在★

世帯数 8,911世帯 (-5) 人口 16,969人 (+2) 男 7,870人 (+1) 女 9,099人 (+1)