

広報

すながわ

令和4年

7/15

No.2235

特集

自転車日和

～すながわを巡ろう～



SuBACo (東1条南1丁目1-23)

- ・開館時間 9:00～17:00
(自転車の返却は16:00まで)
- ・休館日 土・日曜日、祝日
12月28日～1月4日(その他不定休)
- ☎ SuBACo TEL 74-4885



砂川駅から徒歩約5分、観光協会内に SuBACo (スパコ) があります。SuBACo には地域おこし協力隊員がおり、観光や飲食店のほか各種イベント情報など砂川の魅力的な情報をご案内しますので、お気軽にお問い合わせください。

市外の方は電動自転車(4台まで)を借りて砂川を観光することができます。日程が決まっている場合は事前予約がおすすめです！

電動自転車の使い方



見た目もカワイイ自転車
色は3種類！



充電電池を装着！



電源 ON！押すたびにアシストの強さが変わる



切替は3段変速

現在開催中！

すながわ スイーツスタンプラリー 2022

今年の参加店舗・施設は **70** か所以上！スタンプを集めて豪華景品の抽選に応募しよう！期間は **8月28日(日)まで** となっており、残すところ約1か月半です。この機会にぜひ、まだ訪れたことのないお店へ足を運び、砂川の新たな魅力を発見してみてください！



スタンプ1個で全員に
スイーツちゃん壁紙
ダウンロード特典！

参加方法

- ①右のQRコードから furari をダウンロード
 - ②「公開中」のタブから「すながわスイーツスタンプラリー 2022」を選択
 - ③参加店舗を巡ってスタンプゲット！
 - ④スタンプの数に応じて抽選に応募
- ※1つだけ選んで応募してください。



★次のページからは今回の特集で実際に巡ったコースを紹介していますので、ぜひご参考にしてください！

特集 自転車日和

～すながわを巡ろう～



砂川市では自転車を無料で借りて砂川のまちを観光できる「無料観光サイクリング」を行っています。観光が目的のため、市外の方のみの貸し出しとなっていますが、今回は観光担当の松長と広報担当の平間が自転車に乗って自然あふれる砂川を巡ってみました。電動自転車のため、長距離でも坂道でもラクラク、か弱い女子(?)でも疲れることなく乗り続けることができました。皆さんも自分の自転車で巡ってみてはいかがでしょうか。新たな魅力発見があるかもしれません！

今回巡ったのは、現在開催中の「すながわスイーツスタンプラリー2022」(8月28日まで)の参加店舗・施設。おいしいものを食べたりきれいな花を買ったりしながらスタンプを集めるのも楽しいですよ。参加店舗・施設は70か所以上あり、2人が行った場所以外にもすてきなお店や自然あふれるきれいな景色がまだまだあります。市ホームページなどを参考にサイクリングルートを決めて、すながわ巡りをぜひご堪能ください！

オアシスパークの絶景へ

所要時間 約 120 分
移動距離 約 7.5 km
.....▶ 経路



1. 砂川駅



2. SuBACo (観光協会内)

砂川の市街地からオアシスパークに行き、自然あふれる景色を眺めながらゆったりとした時間を感じられるコースです。自然の中でおむすびと漬物をパクとすると、つつい笑みがこぼれます。今回のルートとは別になりますが、オアシスパークからの帰りに国道 12 号を通ると、さらにお花やお菓子のお店などがあるので時間と体力が余っていたらぜひ寄り道してみてください♪



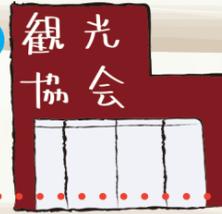
START



← 滝川

GOAL

中央市場



札幌 →

3. おむすび満 (AIAI内)



土鍋で炊いたお米はふっくらもちもち。具は鮭や昆布のほかにも、たけのこ、いぶりチーズ、きまぐれなどの変わり種が豊富。思わず全部食べたくくなります。お昼過ぎには少なくなるので、早めに行くのがO。



- ・営業時間 10:00 ~ 17:00 (なくなりしだい終了)
- ・定休日 月曜日、火曜日、金曜日 (祝日除く)



少し坂になっています。頑張り！

オアシスパーク



6. ESPRESSO STAND PLATS



中央市場内にあるお店で、本格的なコーヒーを味わえます。夏の季節に合うのはチョコレートやストロベリー味などの9種類のプラッペ (店名プラッツ×フラッペ)。ほかにもケーキやクッキーもたくさんあり、ひと息つくにはちょうど良いです。もちろんテイクアウトもOK。

- ・営業時間 月水金 10:00 ~ 19:00
火木土日祝 10:00 ~ 17:00



5. 砂川オアシスパーク (遊水地管理棟)



オアシスパークではヨットやカヌー、釣り、ランニングなどを行っている方も多く、冬にはワカサギ釣りで賑わっています。管理棟は休憩所として自由に利用でき、オアシスパーク内でのみ使用できる自転車の貸し出しも行っています。

- ・開館時間 9:00 ~ 17:00
- ・閉館日 月曜日

4. つけものや たびのそら



おむすびのお供に漬物！こだわりの製法で樽漬けしています。定番は「小玉ねぎのまるごと粕みそ漬」や「ごぼうのピリカラみそ漬」とのこと。夏の季節は色合いの良いパプリカのピクルスもあります。

- ・営業時間 11:00 ~ 18:00
- ・定休日 月曜日、火曜日

店内にあるQRコードを読み取り！スタンプGET!



5 広報すながわ 2022.7.15

景色がきれい！



ヨットやカヌーもできちゃう



広報すながわ 2022.7.15 4



4. 岩瀬牧場 ジェラートショップ

ジェラートの1番人気は牛乳のおいしさが感じられる「しぼりたて」。甘みと酸味のバランスが良い「ラズベリーシャーベット」も爽やかな味で暑い季節にぴったり。プリンやチーズケーキも種類が豊富でどれもおいしそう。最近のイチオシは、瓶の中にショートケーキが入った見た目映える「ピンケーキ」!

・営業時間 9:00 ~ 18:00



夏にはオレンジゼリーやフルーツゼリーもおすすめ!



1027

GOAL
ゴール目前!最後の坂道!
ウオオオオオオオ!!!



道央自動車道

1027

←滝川

12



ジャンボすべり台 大人も楽しい!



3. 北海道子どもの国

ハイウェイオアシス館で買い物するもよし、ふしぎの森で遊ぶもよし、キャンプ場、水遊びなどさまざまな楽しみ方ができます。なお、7月17日(日)は「北海道みんなの日(道みんの日)」の連携イベントとして、ふしぎの森の利用料が無料になります!

- ・開園時間 施設・季節により異なる
- ・休園日 施設により異なる
- ★詳細は北海道子どもの国 HP でご確認ください。



アップダウンの激しい坂道!

283

上って下って深～い緑の中へ

ところどころに急な坂道がありアップダウンに挑戦するコース。電動自転車ではラクラクでしたが、電動自転車以外を使う場合は体力のある方におすすめです。砂川を中心部から山の方へ向かう緑の中にお店があったり遊ぶ場所があったり、行く先々で違う自然の匂いを感じられるのも魅力です。

所要時間 約150分
移動距離 約12km
.....▶ 経路

2. カフェ ピノキオ

映画『ピノキオ』に出てきそうなログハウスのかわいい建物。自家栽培のトマトやレタス、パプリカなどの野菜を使用したパスタやサラダのほか、ガトーショコラやベイクドチーズケーキなども自家製。お店おすすめのトマトパスタはモチモチの麺に優しい酸味のきいたトマトソースが絡んで絶品です!

- ・営業時間
4～10月 11:00～16:00
(パスタラストオーダー 14:30)
11～3月 11:00～15:00
- ・定休日 4～10月 火曜日
11～3月 月曜日、火曜日



START

1. Donut cafe 豆豆。zuzu

レトロな空間の中にあるかわいらしいショーケースには、大きめのドーナツがズラリと並んでいます。1番人気は、ニューヨークチーズケーキ。売り切れる場合もあるのでお早めに。ほかにも惣菜系のドーナツや店主のアイディアで生まれるドーナツなど、訪れるたびに新しい味わいを楽しめます。

- ・営業時間 11:00～18:00
(なくなりしだい終了)



店内には数種類のジャムも



★自転車日和～すながわを巡ろう～



自転車に乗れば清々しい気分になり
スッキリします。自然を眺めながら風を
感じる開放感、心が澄んでストレスを解
消してくれます。

この特集で例として挙げた2つのコー
スのすべてのお店などに行ったことがあ
るという方は意外と少ないのではないで
しょうか。今回訪れた場所はほんの一部
で、スタンプラリーに参加している店舗・
施設だけでも70か所以上あります。

特集を作るにあたり取材に協力してく
ださった店舗・施設の方々はとても親切
で温かい方ばかりでした。今回巡った場
所のほかにも、皆さんの身近にあってま
だ訪れたことがないすきなお店がたく
さんあると思います。ぜひ今回の特集を
きっかけに、砂川市を巡る人が少しでも
増えてくれると嬉しいです。きっと新し
い出会いが見つかるはずですよ。
この夏は、自転車とすながわ巡りをし
てみてはいかがでしょうか。

3年ぶり!

とき 8月5日(金)

ところ 砂川オアシスパーク

第50回記念
ラブ・リバー砂川夏まつり
砂川納涼花火大会

スケジュール

- 17:00 ~ 開場 (スカイランタン受付開始)
- 17:30 ~ 18:00 砂川キッズジャズスクール
- 18:00 ~ 18:10 主催者・来賓あいさつ
- 18:10 ~ 18:40 Tomomi Live
- 18:40 ~ 19:00 事業 PR (砂川青年会議所、すながわりバース)
- 19:00 ~ 19:30 砂川ブラスタイル (スカイランタン打ち上げ)
- 19:30 ~ 19:40 花火ショー
- 19:40 ~ 20:20 第50回砂川納涼花火大会(雨天の場合は8月19日(金)に実施)
- ~ 20:30 閉会

ステージイベントでは、砂川出身のアーティスト Tomomiのライブや砂川キッズジャズスクールの演奏などが響き渡り、祭りを盛り上げます。

今年は夜空に舞い上がるスカイランタン (1個500円)、花火ショー、第50回の記念となる砂川納涼花火大会といった趣向をこらした演出で夏のオアシスの夜空を華やかに彩ります。

ぜひ会場ですてきな一夜をお楽しみください。

- ・会場内でのアルコール提供および持ち込みは禁止です。
- ・ソーシャルディスタンスを取りマスク着用、手洗い消毒など感染予防を徹底してください。
- ・事前に接触確認アプリ「COCOA」をインストールしてください。



Google Play



Apple Store

関ラブ・リバー砂川夏まつり/砂川夏まつり実施本部 (観光係内) Tel. 74-8384

納涼花火大会/商工会議所 Tel. 52-4294



敬老助成券交付

市では、4月より敬老助成券を交付しています。まだ交付を受けていない対象の方は、高齢者支援係で交付を受けることができます。

●**対象** 4月1日現在、砂川市で住民登録されており、昭和23年4月1日以前生まれ（75歳以上）であり、令和3年度市道民税が非課税で現に在宅で暮らしている方

※4月以降にすでに券を受け取った方には交付できません。

●**助成券の種類（1つを選択）**

敬老バス券、敬老ハイヤー券、敬老入浴券

※敬老ハイヤー券は砂川市予約型乗合タクシーにも使用できます。

●**助成額** 5,300円相当

●**申請** 高齢者支援係（1階10番窓口）へ

●**持ち物** 申請者の印鑑（自署することが困難な方や代理で受領する方のみ）

☎高齢者支援係TEL 74-4452



市民健康・栄養相談

健康・栄養相談のほか、血圧・血糖値などの測定や健診結果の相談にも応じます。また、乳幼児の計測や発達・栄養・育児などの相談も行っています。

●**とき** 8月1日（月）13:00～15:00

●**ところ** ふれあいセンター

☎ふれあいセンターTEL 52-2000



防災フェスティバル

●**とき** 7月31日（日）9:30～14:00

●**ところ** 砂川オアシスパーク（遊水地管理棟）

●**内容**

- 防災講演（9:30～10:45）
気象予報士 菅井貴子氏
- カヌー体験（オアシスパーク）
- 降雨体験コーナー
- お祭り広場（11:00～14:00）
わくわく科学実験、スペシャルボールすくい、七夕短冊作り、塗り絵体験

☎砂川子どもの水辺協議会
辻TEL 090-2059-6889



1歳児パクパクひろば

●**とき** 8月1日（月）10:00～11:30（受付9:45まで）

●**ところ** ふれあいセンター

●**対象** 令和3年7月生まれ

●**内容** 育児交流会、身体計測、個別相談、歯科相談、栄養相談（試食あり）

●**持ち物** 母子健康手帳・子ども用エプロン・スプーン・おしぼり・歯ブラシ

☎ふれあいセンターTEL 52-2000



ジャリン子夏祭り2022

3年ぶりに「ジャリン子夏祭り」を開催します！ぜひ、夏休みの思い出づくりにご参加ください！ゲームコーナーや水鉄砲・水風船コーナーなどですばぬれになって楽しんじゃおう！

●**とき** 8月4日（木）10:00～12:00（受付9:45～）

●**ところ** 砂川オアシスパーク（遊水地管理棟前）

※雨天の場合は中止。

●**対象** 幼児～小学生（小学生未満は保護者同伴）

●**定員** 50人

●**服装・持ち物** ぬれても良い服と靴、水筒、マスク、タオル、帽子

※遊水地管理棟内ではぬれた服を着替えることは原則できません。各自でご対応ください。幼児でおむつを使用する場合は、プール用おむつを使用してください。

●**申込** 7月29日（金）までにロゴフォーム（市ホームページ内の当事業のページにリンクを掲載）またはチラシに記載のQRコードから申し込み

☎砂川市子ども会育成団体連絡協議会（社会教育係内）
TEL 74-8379

サマージャンボ 7億円

（1等5億円・前後賞各1億円合わせて）

サマージャンボミニ 3,000万円

（1等3千万円）

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

◎**発売期間** 7月5日（火）～8月5日（金）

7月5日（火）

2種類同時発売！
各1枚300円

※事業などに参加の際は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、ご家庭で検温をし、必ずマスク着用の上ご参加ください。ご家族も含め発熱や体調不良がみられる場合は参加をご遠慮ください。なお、新型コロナウイルス感染症の状況によつては事業を延期または中止、一部変更とする場合があります。



7月の保育所開放

「同じ年齢の子どもと遊ばせたい」「育児の相談をしたい」そんな保護者を応援するため、保育所を開放します。どうぞお気軽にご利用ください。ご利用の際は、事前に申し込みが必要です。

- とき 7月20日(水) 10:00～11:00
- ところ 市内保育所
- 対象 未就学児とその保護者
- 内容 「水遊びをしよう」
- 申込 下記へ

岡ひまわり保育園Tel 54-4555
 さくら保育園Tel 52-3335
 空知太保育園Tel 53-3287



学校プール開放

- 開放期間 7月19日(火)～8月30日(火)
- ところ 豊沼小学校、中央小学校の各プール
- 遊泳時間
 - 平日 15:00～17:30
 - 土・日曜日、祝日、夏休み 10:00～17:30

※中央小学校のみ 19:30 まで開放します。

- 遊泳の可否 水温や室温で判断しますが、遊泳が可能な場合は青旗、禁止の場合は赤旗を小学校のプール前に掲揚します。

岡振興係Tel 54-2175



市職員採用登録試験

市では、令和5年4月採用の職員採用登録試験を次のとおり実施します。

- 職種・登録人員
 - ・土木技術職…若干名
 - ・保育職…若干名
 - ・事務職(身体に障がいのある方)…若干名
 - 試験日 8月28日(日)
 - 資格・申込書・提出書類
詳細は市ホームページでご確認ください。
 - 申込 8月15日(月)(必着)までに下記へ
- ※職員係(3階31番窓口)へ持参の場合は受付時間8:30～17:15(土・日曜日、祝日を除く)

岡職員係Tel 74-8782



新規求人情報

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
清掃・洗濯作業員	不問	1
サービスエンジニア	40歳以下	2
受診付添	不問	1
鳶工、土工、オペレーター	不問	5
調理及び販売	不問	2
事務業務員	不問	1

(7月5日現在)

岡ハローワーク砂川Tel 54-3147



夜間納税相談の実施曜日が変わります

これまで、毎週火・木曜日に夜間納税相談を実施していましたが、コンビニ納付の普及やスマートフォンによる納付が可能になり、相談者が減少したことから、8月より下記のとおり変更します。なお、電話での相談については随時受け付けていますので、離職や病気などで収入が減ったときなど、納付にお困りの際にはご連絡ください。

●実施曜日(変更後)

毎週木曜日 19:30 まで
 ※市役所閉庁日を除く。
 ※8月の夜間納税相談は4日、18日、25日です。

岡納税係Tel 74-8094



水難事故に気を付けましょう!

暖かくなり、海や川などの水辺へ遊びに行く機会が増える時期になりました。同時に水辺での事故が多発する時期でもあります。水辺で楽しく安全に活動するために、次のことに気をつけましょう。

- 天気予報を確認!
- ライフジャケットを着用!
- 水辺に1人で行かない!
- 溺れている人がいたら、飛び込まずに助けを呼ぶ!
- 水に落ちたら、慌てず、浮いて助けを待とう!

●事故発生時の通報先

・海の事故 118番(海上保安庁)
 ・川や池などの事故 119番(消防)

岡海洋センターTel 52-4809

すながわ飲食店応援券を販売します！

新型コロナウイルス感染症の影響により、依然として客足が戻らず厳しい状況が続いている飲食店の売り上げの早期回復を支援するため、昨年に引き続き、市内の飲食店限定で利用できる「すながわ飲食店応援券」を販売します。北海道飲食店感染防止対策認証（第三者認証）を取得した飲食店でのみ利用可能ですので、安心・安全なお店で飲食をお楽しみいただけます。ぜひご利用ください。

●券種

A：全店舗共通券（3,000 セット）

1 セット 5,000 円【7,500 円分相当（500 円× 15 枚）】

B：スナック・バー専用券（主に酒類を提供する店舗専用）（300 セット）

1 セット 5,000 円【8,000 円分相当（500 円× 16 枚）】

※購入はA・B合わせて1人5セットまで。スナック・バー専用券は20歳以上の方のみ購入可。

プレミアム率 50%！

プレミアム率 60%！

●利用期間 令和4年7月30日(出)～同4年10月31日(月)

●販売日時・場所 7月30日(出) 10:00～15:00(完売しだい終了) 地域交流センターゆう

※売れ残った場合のみ、8月1日(月)以降、商工会議所（西4北4）で販売します。

☎すながわ飲食店応援券実行委員会Tel 52-4294（商工会議所内）

砂川駅前地区既存建築物の解体工事が行われています

解体工事の期間中はご迷惑をおかけしますが、安全を第一に進めますのでご理解とご協力をお願いします。

●工期 令和5年2月28日まで（予定）

●工事場所 西1条北2丁目（建築物：旧パーラータワービル、旧SuBACo、旧永大ビル）



☎開発推進係Tel 74-8766

胃・肺・大腸・前立腺がん検診、後期高齢者健診

すながわ健康ポイント対象事業

健（検）診の申し込みを開始します。後期高齢者医療保険の方は、後期高齢者健診も受診できます。保険の種類により料金が変わりますので、検診当日は保険証をご持参ください。生活保護の方は無料で受診することができますので、生活保護受給証明書をご持参ください。

●とき・受付時間 9月11日(日)

- ① 6:00～6:30 ② 6:30～7:00 ③ 7:00～7:30 ④ 7:30～8:00
 ⑤ 8:00～8:30 ⑥ 8:30～9:00 ⑦ 9:00～9:30 ⑧ 9:30～10:00
 ⑨ 10:00～10:30（大腸がん検診のみ）
 ※各時間定員 20人前後。

●ところ ふれあいセンター（北海道対がん協会のバスが来ます）

●対象・料金 ※令和5年3月31日現在の年齢。

健（検）診項目	対象年齢	検査内容	料金		
			一般	市国保・後期高齢者	生活保護
胃がん検診	40歳以上	胃バリウム検査	2,000円	1,000円	無料
肺がん検診		胸部レントゲン検査	600円	300円	
大腸がん検診		便潜血検査（2日法）	1,000円	500円	
前立腺がん検診	50～79歳	血液検査（PSA検査）	1,000円		
ピロリ菌検査	20歳以上 ※40歳以上の方は胃がん検診を受ける方。	検便抗原検査	3,520円		
かくたん 喀痰検査	40歳以上 ※喫煙本数が多い方、痰がよく出る方。	喀痰細胞診検査（3日法）	1,100円	550円	無料
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険の市民	身体測定、血液検査、尿検査、血圧測定、心電図	—	400円	—

「すながわ健康ポイント事業」の特典『健（検）診チケット』を使用できます。
 ※ピロリ菌検査、喀痰検査、後期高齢者健診は対象外。

- 申込 7月15日(金)～8月19日(金)までに下記へ
 ※各時間定員になりしだい締め切ります。
 関ふれあいセンターTel 52-2000

こちらに掲載しきれないイベントやニュースは市ホームページ「すながわ TOPICS」で紹介中！

すながわトピックス

検索

大谷芳市氏が瑞宝単光章を受章



おおたによしいち
大谷芳市氏（78歳、東1北2）が瑞宝単光章を受章され、6月7日（火）、伝達式が市長室で行われました。

大谷氏は、昭和39年に砂川地区広域消防組合砂川消防団の前身である砂川市消防団に入団し、平成16年から同21年の退団までの間は副団長をお務めになるなど、45年1か月の永きにわたる消防団員としての活動の功績が認められ、このたびの受章となりました。

銚井直作氏が4度目の紺綬褒章を受章



ほこいなおさく
銚井直作氏（87歳、空知太東2-3）が4度目の紺綬褒章を受章され、6月28日（火）、伝達式が市長室で行われました。

市庁舎完成時の「白い船」（100号）の寄贈により、このたびの受章となりました。過去には、平成19年「晩秋」（地域交流センターゆう）、同23年「ポルトの赤い屋根」（市立病院）、同28年「陽だまりのピエロ」（同）を寄贈されています。

自然を守るために～市民活動団体（協働事業）の紹介～ オアシスパーク植樹ますに花を



▲植樹ますにはあじさいを植える予定です



整備されてきれいに！



6月28日（火）、砂川オアシスパークにて砂川レイクサイドの会による植樹ます美化活動が行われました。本会では、地域の観光資源でもある砂川オアシスパークを、市民だけでなく動植物にも配慮した環境にすることを目指し、保全する活動を行っています。また、今年から水辺の環境保全および資源回復を促進する『LOVE BLUE 事業』に参加し、砂川オアシスパークの豊かな自然を次世代につなぐための活動を行っています。今回はその一環として、以前までは雑草で生い茂っていた28か所の植樹ますを整備しています。事務局の津田博吉さんは、「雑草などが多くある場所はおみが目立たないが、きれいに整備された場所ではおみが目立つ。今回の美化活動で植樹ますを復活させ、おみを捨てさせない場所を作り、オアシスパークを砂川市が誇れる色彩豊かな憩いの場所にしたい」と強い思いを話しました。

新刊案内

オススメの1冊



『えきべんとふうけい』
(マメイケガノ著)

お弁当の中に入っているしょうゆが入った“あのお魚”が、駅弁を買った人につれられて電車に乗ったら…？パッチン、パッチンとわりばしを割る音をきっかけにシウマイ弁当やサンドイッチなど人気の駅弁が次々登場！旅の気分を味わえる大人も子どもも楽しめる絵本。

主な新刊書

6月1日以降に入ってきた新刊書です

……文学書……

- アキレウスの背中 (長浦京)
- 大人への手順 (伊集院静)
- 孤蝶の城 (桜木紫乃)
- スクイッド荘の殺人 (東川篤哉)
- 天下を買った女 (伊東潤)
- チョウセンアサガオの咲く夏

(柚月裕子)

- 二重らせんのスイッチ (辻堂ゆめ)
- 爆弾 (呉勝浩)
- 花散る里の病棟 (帯木蓬生)
- ハロー・グッドバイ (小路幸也)

……実用書ほか……

- 活かして勝つ (稲葉篤紀)
- 生きベタさん (釈徹宗)
- 植物との暮らし方超入門 (ビリ)
- 父と娘の認知症日記 (長谷川和夫)
- 小さな庭をつくる (河野義雄)
- 動物のスゴい耳図鑑 (川崎悟司)
- 紛争地のポートレート (白川優子)

……児童書……

- 頭がよくなる！ちよいムズおりがみ (山田勝久)
 - てをつなぐのだいすき (きむらゆういち)
 - トントンとリッキのかいぞくせん (やえがしなおこ)
- ほか全 257 冊

岡図書館 Tel 52-3819



砂川市地域交流センター
伝官板

ゆう

ゆうにご来館の際やイベント参加にはマスク着用でお越しください。また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、お知らせしているイベントの中止・内容変更・延期の可能性があります。あらかじめご了承ください。

☆はじめての☆こども人形劇体験会

人形劇ってどんなことするの〜？と気になっている方必見！砂川こども人形劇団おりおん座による「さるかに合戦」ほか、講師による背負子人形劇「千匹オオカミ」を実演します。大人気コーナー「おうちでも遊べる♪オリジナル人形作り」もお楽しみに。

- ◆と き 7月23日(土) 14:00～ ◆ところ 大ホール
- ◆料 金 無料

35mmフィルム上映 ゆうシアター「現代監督の足跡」

今も最前線で活躍している監督たちのデビュー作やヒット作品を選抜し、2日間限定で上映します。

モントリオール世界映画祭や日本アカデミー賞など国内外で69の映画賞を受賞した平山秀幸監督の「愛を乞うひと」、自身が見た夢が題材になっている西川美和監督の「ゆれる」。香川照之、オダギリジョーなどの豪華俳優陣を貴重なフィルム上映でお楽しみください。

- ◆と き 7月23日(土) 10:30～「幻の光」(109分)
13:30～「愛を乞うひと」(135分)
- 7月24日(日) 10:30～「GO」(123分)
13:45～「ゆれる」(119分)
- ◆ところ ミニホール
- ◆料 金 2日間通し券 1,000円 / 1日券 800円 / 1回 500円

札幌 砂川公演

昨年、創立60周年を迎えた札幌交響楽団。年間の公演回数は道内外で120回を超え、多くの方に愛されるオーケストラとして活動しています。9年振りとなるゆうでの公演は、首席指揮者マティアス・バーメルト氏を迎え、力強いサウンドをお届けします。

- ◆と き 8月7日(日) 15:00～ ◆ところ 大ホール
- ◆料 金 一般 3,000円 / U25 割 (1997年以降生) 1,000円 (当日500円増) ※未就学児の入場はご遠慮ください。

健康教室「ふまねっと運動」

- ◆と き 7月20日(水)、8月3日(水) 10:00～11:00

ゆう百歳体操

- ◆と き 毎週月・木曜日 10:00～11:30
- 【7月】(18、21、25日) ※18日は11:00～
- 【8月】(1、8、11日) ※8日は11:00～

施設点検のため8月14日(日)～16日(火)を臨時休館日とします

岡NPO法人ゆう事務局 Tel 54-3111

チケット取扱い ゆう、観光協会、砂川パークホテル

砂川市食生活改善協議会 今夜のもう一品

さば缶のなすみそ炒め

さば缶は骨ごと食べられるので、カルシウムを多くとることができます。缶汁（みそ味）を使用するので、調味料は一味唐辛子だけで簡単にすぐ調理でき、なす、ピーマン、パプリカ（赤・黄）の色彩も良い時短レシピです！

<材料 4人分>

さば缶（みそ煮）	1缶
なす	160g
ピーマン	60g
パプリカ（赤）	60g
パプリカ（黄）	60g
サラダ油	大さじ1
一味唐辛子	適量
レタス	80g
ミニトマト	4個

<作り方>

- ①なすは厚さ1.5cmの輪切りにする。ピーマン、パプリカは一口大に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、なすを入れて軽く炒める。
- ③さばを缶汁ごと加え、フレーク状になるようほぐす。ピーマン、パプリカを加え、弱火でからめるように炒め、一味唐辛子を加える。
- ④全体に煮汁が飛んだら完成。レタスとミニトマトを添える。



エネルギー 153kcal たんぱく質 8.5g カルシウム 111mg 塩分 0.5g

問ふれあいセンターTEL 52-2000

新型コロナワクチン 基礎疾患などを有する方の4回目の接種および小児ワクチン対象者の予約について

●4回目の接種対象となる基礎疾患などを有する方

広報すながわ6月15日号にて、基礎疾患などをお持ちの方が4回目の新型コロナワクチンを接種するには、申請および予約が必要であることをお知らせしています。ご希望の方はお早めにご予約ください。予約受付後、接種券付予診票などを後日郵送します。

●小児ワクチンの対象となる方

市立病院を会場とする小児（5歳～11歳）ワクチンの8月分の予約は、1回目が8月5日（金）、2回目が8月26日（金）となっています。ご希望の方は予約専用ダイヤルまたは砂川市ワクチン予約（web予約）よりご予約ください。

《新型コロナワクチン接種の予約》

新型コロナワクチン予約専用ダイヤルTEL 74-7002【8:30～17:15（土・日曜日、祝日を除く）】

問ふれあいセンターTEL 52-2000

市の人口 ★6月末現在★ ※ ()内は前月比

世帯数 8,640世帯 (-29) 人口 16,015人 (-41) 男 7,408人 (-18) 女 8,607人 (-23)

編集後記

▶今回の特集に協力してくださった皆さんありがとうございました▶私はまだまだ行ってみたいお店がたくさんあります▶これからも自転車に乗ってスタンプを集めにいこうと思いますので市民の皆さんもぜひ！☺