



車いすを寄贈します！ (愛のリングプル運動)

すながわ子どもセンター協議会では公共施設にリングプルの集積場所を設け、市民の方々にも回収にご協力いただき、車いすとの交換を目指す「愛のリングプル運動」に取り組んでいます。

今回、令和2年度以降に集まったリングプルが745kgとなり、車いす1台と交換することができましたので、寄贈希望の施設はご応募ください。

- 寄贈内容** 介助式車いす（アルミ）1台
- 応募方法** 9月1日(木)～15日(木)までにすながわ子どもセンター協議会へ電話、またはロゴフォーム（市ホームページの当事業のページにリンクを掲載）から
- 必要事項** 施設名、住所、代表者名、電話番号、希望理由
- 寄贈先の決定時期**

9月27日(火)以降（寄贈先のみ電話連絡）
 〇すながわ子どもセンター協議会（社会教育係内）TEL 74-8379

イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症防止のため、下記のイベントを中止とします。

- リサイクル即売会・生活工夫展
- 〇ものを大切にする運動推進協議会（生活交通係内）
TEL 74-4758



住宅用火災警報器を支給します

防火防災協力会では、住宅用火災警報器を未設置宅へ支給します。支給数は50世帯（2個入り）ですので、設置を希望する方は申請してください。なお、多数の場合は住宅用火災警報器の支給をもって決定通知とします。

- 対象** 市内に居住し、町内会に加入している世帯で、住居に住宅用火災警報器が設置されていない方
 - 申請** 電話または申請用紙に必要事項を記入し、9月1日(木)～10月30日(日)までに下記へ
- ※申請用紙は砂川地区広域消防組合ホームページからダウンロードしてください。
 〇防火防災協力会（砂川消防署内）TEL 54-2196



第20回新そば祭り

砂川手打ちそば愛好会では、「第20回新そば祭り」を開催します。3年ぶりの開催となりますが、おいしい打ちたて、茹でたての新そばを食べに、ぜひお越しください。

- とき** 9月11日(日) 10:00～14:00
 - ところ** 地域交流センターゆう
 - 内容** 手打ちそばの販売
- 〇砂川手打ちそば愛好会
成田TEL 52-6813



重度身体障害者(児)ハイヤー助成券交付

市では、4月から重度身体障害者(児)を対象に令和4年度のハイヤー料金助成券を交付していますが、10月以降に申請すると交付枚数が半分にになります。対象の方で、まだ交付を受けていない方はお早めに申請してください。

- 対象** 身体障害者手帳を交付されている方のうち、下肢・体幹・(脳原)移動・視覚障がい1・2級の方、または内部障がい1級で「歩行困難」と記載されている方
- ※複合障がい1・2級の手帳をお持ちの方は手帳表紙裏面の障がい区分をご確認ください。手書きの手帳をお持ちの方は対象の有無を確認しますので、窓口へ提示してください。
- 助成額** 490円の助成券22枚（10月以降の申請は11枚）
 - 持ち物** 身体障害者手帳
 - 申請** 社会福祉係（1階13番窓口）へ
- 〇社会福祉係TEL 74-8103



水洗トイレ無料点検

9月10日の「下水道の日」にあわせ、一般住宅を対象に水洗トイレの無料点検を行いますので、ご希望の方は申し込みください。なお、点検の結果修理などが必要となった場合は修理費用は実費負担となります。

- ※公営住宅およびアパート、企業・事業所は対象外。
 - とき** 9月15日(木)、16日(金)
 - 申込** 9月7日(水)までに下記へ
- 〇下水道係TEL 74-8748

※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っ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。



**ゆったりノルディック
ウォーキング教室Ⅱ**

すながわ健康ポイント対象事業

ポールを使ったウォーキングを体験してみませんか。実技指導を中心とした教室です。

- とき** 9月28日(水) 10:00～12:00
 - ところ** 北光公園(海洋センター前集合)
 - 内容** ポールを使った歩き方の実技指導
- ※貸し出し用ポールがあります。
- 申込** 9月27日(火)までに下記へ
 関総合体育館TEL 54-2175



**ママさんリフレッシュ
シュセミナー**

気軽にトレーニング講座

テニスボールを用いたマッサージやストレッチで、疲れた体をほぐすトレーニングをしてみませんか？

- とき** 9月16日(金) 10:00～
 - ところ** 公民館4階 大会議室
 - 対象** 乳幼児～小学生の子どもを持つ保護者
 - 定員** 10人
 - 講師** スポーツ振興課 地域おこし協力隊(インストラクター) 堅田 優太郎氏
 - 託児** 無料・定員10人(未就学児のみ)
 - 服装・持ち物** 動きやすい服装、ヨガマットか大きめのバスタオル、飲み物
 - 申込** 9月14日(水)までにロゴフォーム(市ホームページ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
- 関社会教育係TEL 74-8379
 または子育て支援センター
 TEL 54-2450



**3年ぶりの開催！
なかそらち大収穫祭**

中空知の5市5町(砂川市、滝川市、芦別市、赤平市、歌志内市、奈井江町、上砂川町、浦臼町、新十津川町、雨竜町)が大集合！自慢のグルメや特産品を販売します。砂川産の米粉を使用した米粉から揚げや地元の野菜などのほか、各市町の特産品も多数出品され、秋の味覚を堪能できます！さらに、ガラポン抽選会や大道芸パフォーマンスも予定しています。

- とき** 9月17日(土)、18日(日) 10:00～16:00
 - ところ** 砂川ハイウェイオアシス館北側 子どもの国公園広場(北光336-7)
- 関砂川ハイウェイオアシス観光(株)
 TEL 53-2460



**「秋のあいさつ運動」
強調週間**

各町内会や老人クラブなどの地域の皆さんと子どもたちがあいさつを交わす「あいさつ運動」を実施します。家庭・地域・学校で元気なあいさつを響かせ、「地域の宝」である子どもたちを温かく見守り、心豊かに育むまちづくりを推進しましょう。

- とき** 9月7日(水)～9日(金)の朝の登校時間
- ※初日は市内一斉運動日です。時間は各場所によって異なります。
- ところ** 市内幼稚園や保育所(園)前、各小・中・高校玄関前、通学路や自宅前などの参加しやすい場所および各ご家庭内
 - 用具** のぼりやポール、たすき、腕章など
- 関あいさつ運動推進委員会(社会教育係内) TEL 74-8379



公民館講座

バレエの動きで体をリフレッシュ

猫背気味になっていたり、体の硬さを実感している方はいませんか？そんな方にピッタリの、クラシックバレエのウォーミングアップで行う体幹トレーニングやストレッチなどの手法を学べる講座を行います。体幹を強化し柔軟性を維持して、健康的なカラダづくりにつなげてみませんか？

- とき** 9月26日(月) 19:00～20:30(受付18:30～)
 - ところ** 公民館2階 第3研修室
 - 対象** 市民
 - 定員** 8人
 - 内容**
 - ・バレエとは？[バレエの成り立ちなど]
 - ・身体のバランスをとるための体幹トレーニング[腹筋、脚の内側の筋トレ]
 - ・バレエのストレッチ[日常生活で使われていない筋肉や関節のストレッチ]
 - ・姿勢矯正[美しく見える立ち方]
 - 講師** 砂川みんなのバレエサークル(公民館グループ・サークル) 講師 千葉 幸子氏
 - 参加料** 無料
 - 服装・持ち物** 動きやすい服装、ヨガマットかバスタオル、汗拭きタオル、飲み物
 - 申込** 9月1日(木)～15日(木)までに下記へ
- ※ロゴフォーム(市ホームページの当事業のページにリンクを掲載)からも申し込み可。
- 関公民館TEL 52-2339



自衛官募集

防衛省では、令和4年度の防衛大学校学生、防衛医科大学校学生、自衛官候補生を募集します。

防衛大学校学生（一般採用）

- **受験資格**
- ・令和5年4月1日現在で18歳以上21歳未満の方
- ・高校卒業（見込み含む）または高等専門学校3年次修了者（見込み含む）の方

- **試験日**
- ・一次 11月5日(土)、6日(日)
- ・二次 12月6日(火)～10日(土)のうち指定する日
- **申込** 10月26日(水)までに自衛隊滝川地域事務所へ

防衛医科大学校学生 (医学科・看護科)

- **受験資格** 防衛大学校学生の受験資格(上記)と同じ

- **試験日** (医学科)
- ・一次 10月22日(土)
- ・二次 12月14日(水)～16日(金)のうち指定する日(看護科)
- ・一次 10月15日(土)
- ・二次 11月26日(土)、27日(日)のうち指定する日
- **申込** 下記の期限までに自衛隊滝川地域事務所へ
(医学科) 10月12日(水)
(看護科) 10月5日(水)

自衛官候補生

- **受験資格** 18歳以上33歳未満の方
- ※現在32歳の方は生年月日により応募の可否が変わります。詳しくはお問い合わせください。
- **試験日** 11月27日(日)、28日(月)のうち指定する日
- **申込** 11月11日(金)までに下記へ
☎自衛隊滝川地域事務所
Tel 22-2140



フッ素塗布

虫歯予防のため定期的(6か月ごと)にフッ素塗布を受けましょう。

- **とき** 9月14日(水) 受付9:30～10:00
- **ところ** ふれあいセンター
- **対象** 満1歳6か月～6歳
※人数を制限する場合があります。
- **料金** 無料
- **持ち物** 母子健康手帳と子どもの歯ブラシ2本
※必ず歯磨きをしてきてください。希望者には歯の染め出しも行います。
- **申込** 9月13日(火)までに下記へ
☎ふれあいセンターTel 52-2000



創立30周年記念 『朗読の玉手箱』開催

司会・アナウンスインプレッションは平成4年4月に設立し、今年で30周年を迎えることができました。皆さんに感謝の心をこめて『朗読の玉手箱』～語り継がれるものがたり～を開催します。芸術の秋のひとつをこめごゆっくりお楽しみください。

- **とき** 9月17日(土) 13:00～(開場12:30)
- **ところ** 地域交流センターゆう大ホール
- **入場料** 500円
- **内容** 「語りと詩舞『源氏と平家』」によせて砂川で初の“語り”と“詩舞”の共演(客演:吟剣詩舞 和翔流)ほか、『葉っぱのフレディ』『八郎』『耳なし芳一』群読3題
☎司会・アナウンスインプレッション
勝木Tel 090-3770-6763



後期高齢者健康診査

すながわ健康ポイント対象事業

10月の健診を次のとおり行いますので、ご希望の方は申し込みにください。

- **とき** 10月1日(土)～11日(火)
- **ところ** 細谷医院、明円医院、村山内科医院、いとう内科循環器科クリニック、砂川慈恵会病院
- **対象** 後期高齢者医療保険加入者
- **料金** 400円
- **申込** 9月1日(木)～9日(金)までに下記へ
☎ふれあいセンターTel 52-2000



1歳児パクパクひろば

- **とき** 9月5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8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



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** 9月5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

※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。

後期高齢者医療制度 窓口負担割合の見直しに伴う保険証の一斉更新

【保険証が新しくなります（黄色→橙色）】

令和4年10月1日から、一定所得の方は医療費の窓口負担割合が2割になります。これに伴い、現在ご使用の保険証（黄色）の有効期限が令和4年9月30日をもって満了となるため、10月以降は使用できなくなります。9月中に新しい保険証（橙色）を交付しますので、お手元に届きましたらご使用ください。

なお、10月以降の窓口負担が引き続き1割または3割の方も保険証が新しくなります。

保険証のこの部分に、窓口負担割合を印字しています →

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 9月 1日
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発給年月日	平成20年 4月 1日
発効期日	平成20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

◆窓口負担割合が2割になる方の判定方法などは、保険証に同封のチラシまたは広報すながわ7月1日号をご確認ください。

◆新しい保険証の有効期限は令和5年7月31日です。

◆限度額適用・標準負担額減額認定証、限度額適用認定証は有効期限が令和5年7月31日までのため、再交付しません。

◆医療機関や薬局などで保険証を提示するときは「有効期限」を必ず確認しましょう。

問保険係Tel 74-4745

乳がん・子宮がん・大腸がん検診

すながわ健康ポイント対象事業

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 10月23日(日)

- ① 8:30～8:45 ② 9:00～9:15 ③ 9:30～9:45 ④ 10:00～10:15 ⑤ 10:30～10:45
⑥ 12:30～12:45 ⑦ 13:00～13:15 ⑧ 13:30～13:45 ⑨ 14:00～14:15

※各時間定員 乳がん10人、子宮がん15人

※子宮がん検診をご希望の方は②以降の受付時間でご予約ください。

●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。

検診項目	対象年齢	検査内容	料金
乳がん検診	30歳以上	【49歳以下】マンモグラフィー（2方向）	2,600円
		【50歳以上】マンモグラフィー（1方向）	2,200円
子宮がん検診	20歳以上	子宮頸部細胞診	2,000円
大腸がん検診	40歳以上 ※乳がんまたは子宮がん検診を受ける方	便潜血検査2日法	1,000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。

●申込 9月1日(休)～22日(休)までに下記へ

※各時間定員になりしだい締め切ります。

問ふれあいセンターTel 52-2000

高齢者等スマートフォン教室（第2期）

これからスマートフォンを手に入れようとしている方からある程度操作できる方まで、習熟度別のスマートフォン教室を開催します。

初級編	<ul style="list-style-type: none"> ●と き 10月6日(木) 13:45～17:10 (受付 13:15～) ●対 象 これからスマートフォンの所有を予定している方 ※貸し出し用スマートフォンがあります。すでにスマートフォンを持っていて、基本操作から学びたい方も申し込み可。 ●内 容 電源の入れ方・切り方などの基本操作、電話のかけ方・受け方、スマートフォン使用時の注意点、安全に使うための設定
中級編	<ul style="list-style-type: none"> ●と き 10月20日(木) 13:45～17:10 (受付 13:15～) ●対 象 スマートフォンを所有して間もない方 ●内 容 電子メールの使い方、インターネットの注意点と楽しく便利な使い方、SNS (LINE) の“友だち”登録・トークの使い方、QRコードの使い方
上級編	<ul style="list-style-type: none"> ●と き 10月27日(木) 13:45～17:10 (受付 13:15～) ●対 象 スマートフォンの基本操作を理解している方 ●内 容 アプリの探し方・追加方法、キャッシュレス決済の概要とその活用、マイナポータルの使い方

- ところ 公民館1階 第2研修室
- 定員 各回10人
- 講師 株式会社NTTドコモ北海道支社
- 参加料 無料
- 持ち物 筆記用具、スマートフォン（貸し出し可）
- 申込 9月1日(木)～13日(火)までに下記へ
※ロゴフォーム（市ホームページの当事業のページにリンクを掲載）からも申し込み可。

☎公民館Tel 52-2339

出張公民館講座

公民館で活動するグループ・サークルの方が講師となって、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。仲間を集めて、興味のある講座を受講してみませんか。

- と き 9月～翌年3月まで
- ところ コミュニティセンターや町内会館など
- 対 象 5人以上のグループや団体
- 申 込 公民館管理係へ

※「3密」にならない会場をご用意ください。また、会場使用料や教材費は申込団体でご負担いただきます。

開設講座

No.	分野	サークル名	No.	分野	サークル名
1	俳句	創の会	7	ヨガ	ヨガサークル ゆったり～よがのわ～
2	舞踊	桜の会	8	郷土	砂川市郷土研究会
3		砂川音頭保存会	9	生活	婦人之友 砂川友の会
4	ダンス	砂川フォークダンス同好会	10	手話	砂川手話の会
5		砂川みんなのバレーサークル	11	成年後見	成年後見を学ぶ会
6		すながわ夷	12	百人一首	砂川百人一首かるたクラブ

☎公民館Tel 52-2339

※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、必ずマスク着用をうえご参加ください。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っ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。

市職員採用登録試験【令和5年4月採用】

市では、令和5年4月採用の職員採用登録試験（事務職、土木技術職）を次のとおり実施します。

●職種・登録人員・資格

▷事務職…大卒・高卒合わせて若干名

- ・高校を卒業または令和5年3月に卒業見込みの方で、平成13年4月2日以降に生まれた方
- ・4年制大学を卒業または令和5年3月に卒業見込みの方で、平成9年4月2日以降に生まれた方

▷事務職（身体に障がいのある方）…若干名

次の要件をすべて満たす方

- ・身体障害者手帳の交付を受け、その障がいの程度が1級から6級までの方
- ・自力による通勤が可能で、かつ、介護者なしで年間（原則1日7時間45分、週5日勤務）を通じて事務職員としての職務の遂行が可能なる方
- ・活字印刷による出題および口頭による面接試験に対応できる方
- ・4年制大学または高校卒業以上の学歴を有し（令和5年3月に卒業見込み含む）、昭和62年4月2日以降に生まれた方

▷土木技術職…若干名

- ・4年制大学・短期大学・高等専門学校・修行年数2年以上の専門学校（専修学校専門課程）・高校の土木系学科を卒業または令和5年3月に卒業見込みの方で、平成4年4月2日以降に生まれた方

●試験日 10月16日(日)

●申込書 市ホームページからダウンロードまたは職員係で配付

●提出書類

☆全職種共通☆

- ・市が交付する登録試験申込書、
- ・卒業証書の写しまたは卒業証明書（見込証明書）、成績証明書、
- ・受験票返送用切手404円分



- #### ☆事務職（身体に障がいのある方）☆
- ・身体障害者手帳の写し

●申込 次の期限までに下記へ

【事務職】9月21日(水)（消印有効）【土木技術職】10月3日(月)（必着）

※持参の場合は受付時間8:30～17:15（土・日曜日、祝日は除く）

問職員係Tel 74-8782

▶編集後記

▶ラブ・リバーと花火大会に初めて行きました▶想像以上にたくさんの観覧客であふれていてすごい盛り上がりでした▶花火を上手く撮ろうと頑張りましたが結果は散々…▶とても悔しく、来年こそは上手に撮りたいとリベンジに燃えているので今から練習しておきます📷

戸籍の窓（8月11日～8月31日）、市の人口（8月末現在）は、9月15日号に掲載します

※「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。