

2024

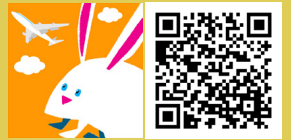
10  
/1

広報すながわ  
第 2288 号

# 砂川

HOKKAIDO  
SUNAGAWA

Catalog Pocket



電子版で多言語・読み上げ機能

(cover)

雨でも元気にあいさつ!

(秋のあいさつ運動)



<市の人口 - 8月末現在 ->

- ・世帯数 8,464 世帯 (-23)
- ・人口 15,314 人 (-26)
- ・男 7,101 人 (-18)
- ・女 8,213 人 (-8)

※ () 内は前月比。

砂川市公式 LINE アカウント



もしものとき、必ず役に立つ

## PickUp

- ・砂川市民文化祭
- ・国民健康保険の現状
- ・予約型乗合タクシーのご利用案内
- ・地域力 UP 講座
- ・創業セミナー

♡ありがとう♡

令和6年度  
第55回

## 砂川市民文化祭

10/12(出)  
～13(日)

文化活動をしている市民の皆さんが日頃の成果を披露するため、砂川市民文化祭を開催します。さまざまな楽しい企画を用意していますので、みなさんのお越しをお待ちしています。

●ところ 地域交流センターゆう 入場無料

## 芸能部門

## ▶とき

10月12日(出)・13日(日) 10:30～15:30

## ▶出演分野

ブラスバンド、健康体操、舞踊、朗読、太極拳、カラオケ、合唱、民謡、箏曲、ダンス、フラダンス、落語、バトントワリング ほか 計25団体

## 文芸展示部門

## ▶とき

10月12日(出)・13日(日) 10:30～15:30

## ▶出展分野

俳句、絵画、書道、ペン字、絵手紙、ぬり絵、陶芸、工芸、手芸、写真、生活、アーティフィシャルフラワー ほか 計24団体

## 特別企画



ロビーパフォーマンス 【オカリナ演奏】 ロンリー田中氏

## ▶とき

10月12日(出) 12:00～12:30 他にもさまざまな企画を行う予定です。  
10月13日(日) 12:30～13:00 乞うご期待!



閩砂川市民文化祭実行委員会(社会教育課内) Tel 74-8379



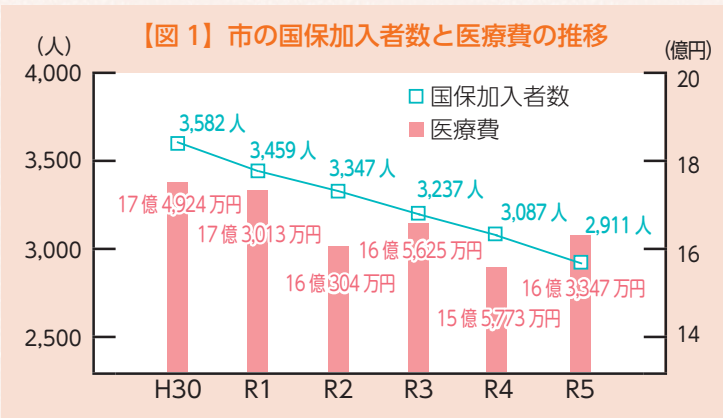
# 国民健康保険の現状

国保係Tel 74-4745

国民健康保険（国保）は、自営業の方や会社などの健康保険に加入していない方が入る保険です。令和5年度の医療費や運営状況などについてお知らせします。

## 医療費の現状

令和5年度の国保加入者の医療費は、新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行などにより、高額な費用のかかる手術や外来診療の件数が増加しており、前年度と比較すると約7,600万円の増加となりました（図1）。

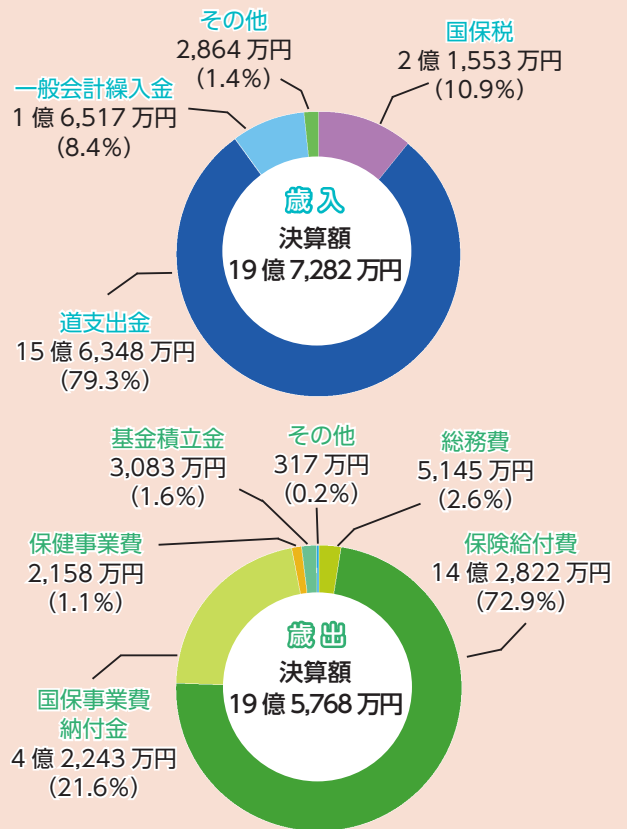


## 国保の運営状況

令和5年度決算状況（図2）を見ると、歳入では、国保税の金額が2億1,553万円、割合が10.9%となっていますが、歳出では、保険給付費の金額が14億2,822万円、割合が72.9%となっており、保険給付費の多くは道からの補助金（道支出金）でまかなわれています。全体の収支状況では、3,083万円を基金へ積み立てたうえで、**1,514万円の黒字収支となりました。**

これからも加入者の皆さんに安心して医療機関を受診していただけるよう、国保財政の健全な運営を図っていきます。

【図2】令和5年度市国民健康保険決算状況



### 医療費負担を上手に節約しましょう！

医療費が高額になると自己負担額も増加し、家計の圧迫にもつながります。体調が悪いときに受診を我慢するのではなく、医療費負担を抑える工夫をして上手に節約しましょう。

#### ◎特定健診を受診しましょう！

病気の予防や早期発見で高額な医療費がかからないようにしましょう。

#### ◎かかりつけ医をもちましょう！

病歴、生活習慣などを考慮した効率的な診療を受けましょう。

#### ◎ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう！

同じ有効成分を持つ安価なジェネリック医薬品への切り替えを医師や薬剤師に相談しましょう。

#### ◎お薬手帳を活用しましょう！

1冊にまとめたお薬手帳を病院や薬局に持参して重複・多剤投与を防ぎましょう。

### 交通事故などにあったときは届け出を

交通事故など第三者の行為によって受けた病気やけがの医療費は、原則として加害者が負担することになりますが、国民健康保険の保険証を使って診療を受けることができます。この場合、市国保が負担した費用は後日加害者に請求しますので、必ず保険係へ届け出をしてください。

また、医療費を適正に給付するため、医療機関からの請求内容の確認を行った結果、第三者の行為による病気やけがの可能性のある場合には、文書で負傷原因のお問い合わせをしていますので、回答にご協力ください。



# 予約型乗合タクシーのご利用案内

閻砂川市地域公共交通会議（生活交通係内）TEL 74-4758

予約型乗合タクシーは、一般のタクシーとは異なり、決められた運行時刻にほかの方と乗り合わせて運行するタクシーのことです。**事前に予約受付センター（TEL 53-2888）へ連絡**することで皆さんのご自宅と市内8か所の「まちなか乗降地」の間を送迎します。市民の方ならどなたでも利用することができます。

なお、**利用には利用登録証の交付（無料）を受ける必要があります**。生活交通係（1階8番窓口）にお越しいただくか、電話またはFAXでの申請、代理人による申請も可能です。申請から1週間程度で利用登録証をご自宅へ郵送します。



## 乗合タクシーの使い方

### ① 予約



利用日前日の16時までに行き便（自宅→まちなか乗降地）の希望時間を予約受付センターへ連絡します。  
※帰りの便は利用したい便の始発時刻の1時間前まで予約受付可。

### ② 自宅



予約した時間に自宅前にタクシーが来ます。運賃は下記のとおりです。

### ③ 目的地



予約した時間に帰りのタクシーがまちなか乗降地に迎えに来ます。時間までに用事を済ませて待ちましょう。



## 運賃（片道）

- 一の沢・空知太・富平地区および北光・焼山地区の一部  
大人 500円 中学生以下 100円
  - そのほかの地区  
大人 300円 中学生以下 100円
- ※未就学児は無料です。（保護者同伴）



## まちなか乗降地（共通発着地）

- ①砂川駅 ②市立病院 ③公民館  
④ふれあいセンター ⑤ショッピングプラザ AiAi  
⑥スーパーアークス ⑦コープさっぽろ  
⑧市立病院前バス停
- ※上記以外の場所では乗り降りすることはできません。

申し込み方法など詳細については市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。



## 運行日と運行時刻

平日・休日ともに毎日運行しています。各便1人目の始発時刻は下表のとおりとなっており、ほかに乗車する方を迎えに行ったあとに各まちなか乗降地に向かいますので、目的地への到着時刻は始発時刻のおおむね30分後になります。

	平日		休日	
	行き	帰り	行き	帰り
1便	8:00	12:30	9:00	12:30
2便	9:00	13:30	10:00	14:30
3便	10:00	14:30	12:00	16:30
4便	12:00	15:30	13:00	17:30
5便	13:00	16:30		
6便	14:00	17:30		

【行き】自宅からまちなか乗降地まで  
【帰り】まちなか乗降地から自宅まで

「地域の助け合いや魅力の発信の仕方」を考えよう!

## 地域力 UP 講座



固協働推進係Tel 74-8765

「市民によるまちづくり」をテーマとして全3回の地域力UP講座を開催します！興味のある講座だけ受講するもよし、全て受講も大歓迎です。一緒にまちづくりについて考えてみませんか？

- **と き** 第1回：10月15日(火) 18:00～20:30  
第2回：10月29日(火) 18:00～20:30  
第3回：11月12日(火) 18:00～20:30

● **ところ** 地域交流センターゆう ミニホール

● **対象** 市内に在住・在勤・在学し、市民活動、地域活動、まちづくりに関心・興味をお持ちの方

● **定員** 30人（参加料無料）

● **講座内容**

【第1回】「来てよし！訪れたいくなる砂川になるためには」

【第2回】「住んでよし！移住したくなる砂川になるためには」

(株)KITABA 代表取締役 酒本 宏氏

【第3回】「暮らしてよし！暮らして楽しい砂川になるためには」

(株)KITABA マネージャー 松田 沙織氏

- **申込** 各開催日の1週間前までに協働推進係（3階33番窓口）へ  
※電話、FAX（54-2568）、Eメール（kyodo@city.sunagawa.lg.jp）、QRコードからも申し込み可。



昨年の様子



酒本氏



松田氏



申込

初めの一步をいまここで！夢を実現しよう！

## 創業セミナー



固砂川商工会議所Tel 52-4294

商工会議所では、市内で創業を検討している方、創業後間もない方などに向けて、何から手を付け始めたらよいか分からず悩んでいる皆さんを応援する入門的な内容の創業セミナーを実施します。

● **日程・講座内容（全4回）**

【第1回】 11/5(火) 18:00～20:00 「創業の準備について」【経営】

【第2回】 11/12(火) 18:00～20:00 「効果的な売上アップ方法について」【販路拡大】



◇講師 田中 修身氏（中小企業診断士）  
中小企業診断士事務所 アントレ CS 代表。ITコーディネーター。

【第3回】 11/19(火) 18:00～20:00 「会計の基本・創業融資や事業計画書のポイント」【財務】



◇講師 大野 昌人氏（中小企業診断士）  
よろず支援拠点コーディネーター。MOコンサルティング代表。  
※第3回では創業支援に積極的な日本政策金融公庫の札幌北支店 国民生活事業 融資第二課長 佐藤 修氏の講演もあります。

【第4回】 11/26(火) 18:00～20:00 「人材確保と人材育成について」【人材育成】



◇講師 荻谷 洋氏（社会保険労務士）  
よろず支援拠点コーディネーター。社会保険労務士事務所エヴァーグリーン代表。

- **ところ** 商工会議所2階 大会議室
- **対象** 創業に関心のある方、創業希望者、創業後間もない方（創業後5年未満）など
- **定員** 20人
- **受講料** 無料
- **申込** 参加申込書に記入のうえ、商工会議所へ

※参加申込書およびチラシは、商工会議所、市役所商工労働観光課、SuBACoに備えてあります。



市HP

★イベントやニュースは市ホームページ  
 「すながわ TOPICS」でも紹介中！

## 9 / 5 ゆう百歳体操

### 5 ゆう百歳体操 10周年記念式典

地域交流センターゆうで「ゆう百歳体操 10周年記念式典」が行われ、現在 88 歳以上でこれまで 10 年間の参加回数が 400 回以上の 9 名が表彰されました。また、記念講演会では、砂川市立病院リハビリテーション科おのぞらともかずの小野寺智和作業療法士から「地域交流センターゆうの百歳体操の効果」と題した講演が行われ、参加した方からは「これからも継続したい」との声がありました。



## 9 / 7 白バイとパトカーの試乗体験

### 7 中央小学校おやじの会

中央小学校で OB を含んだ児童の父母による「おやじの会まつり」が行われ、集まった子どもたちは、焼き鳥やかき氷などを味わい、体育館ではスポーツで汗を流し満喫していました。また、消防車からの放水体験のほか、パトカーと白バイの試乗もでき、ふだんは近くで目にしたり触れたりすることがない貴重な体験に驚く様子などが見られ、学びのある祭りを楽しんでいました。



## 9 / 7 一致団結で練習の成果を披露

### 7 砂川中学校学校祭

砂川中学校で、今まで行われてきた学習成果発表会から行事名を改め、「学校祭」が行われました。生徒たちが作成した貼り絵やステンドグラスなどで体育館や廊下が装飾され、ステージではミュージカルやコント、ダンス、合唱などを披露しました。力を合わせた笑いあり感動ありの発表に、駆けつけた保護者から大きな拍手が送られていました。



## 9 / 8 限りある資源を大切に

### 8 リサイクル即売会

砂川オアシスパーク遊水地管理棟で、ものを大切にする運動推進協議会による「第 48 回リサイクル即売会」が行われました。砂川更生保護女性会、砂川消費者協会などの団体が参加し、資源の有効活用を目的として、衣類や雑貨などのリサイクル品が販売されました。会場はたくさんの人でにぎわい、お財布にも環境にも優しい買い物を楽しんでいました。



9  
9

## 子どもたちに演劇の感動を

劇団四季ファミリーミュージカル「こころの劇場」

子どもたちに演劇の感動を届ける劇団四季のプロジェクト「こころの劇場」が地域交流センターゆうで開催され、市内小学校のほか、奈井江町、上砂川町、浦臼町の小学校から約450人の子どもたちが集まり、演劇を鑑賞しました。演目は「ガンバの大冒険」。子どもたちは、美しい歌声や迫力あるダンスに目を輝かせながら見入り、本格的な演劇に触れる貴重な機会となりました。



9  
15

## 採れたてのおいしいそばを堪能

新そば祭り

地域交流センターゆうで「第22回新そば祭り」が開催され、採れたての新そばをいち早く味わおうとたくさんの方が来場しました。メニューはかけそば、もりそばの2種類。昼ときには長蛇の列が作られ、約400食のそばが販売されました。訪れた人たちは風味豊かなそばを存分に味わい、「とてもおいしかった」「来年もまた来たい」などと話していました。



9  
15

## いつもとちょっと違うお祭り

MACHI FESTA すながわ秋まつり

砂川オアシスパークで「MACHI FESTA すながわ秋まつり」が行われました。中空知の食の魅力ふるまおうと、キッチンカーなどがズラリと並び、珍しいラーメンの出店もありにぎわっていました。このほか、お菓子まきや餅まき、習い事の体験、テントサウナでは“ととのう”を体験、前日からはキャンプもできるなど、来場した方はすることがありすぎる祭りを楽しんでいました。



## 100歳おめでとうございます

かわいこ  
河合マサ子さんが9月13日に100歳の誕生日を迎えられ、市から敬老のお祝いが贈られました。

河合さんは、大正13年に樺太にてお生まれになり、歌志内市、上砂川町へ転居したのち、平成17年に砂川へ転入されました。

塗り絵や化粧をご趣味として楽しまれていたそうです。いつまでもお元気でお過ごしください。



## お知らせ

### 永住功労者の方へ

市では、市政功労者表彰式にあわせ、永住功労者に感謝状の贈呈を行います。該当する方には、10月4日(金)までに案内はがきを発送しますが、お手元に届かない場合はお問い合わせください。なお、すでに永住功労感謝状を受賞した方は対象外です。

●対象 昭和19年12月31日以前に生まれた方で、昭和39年12月31日以前から現在まで継続して砂川市に住居登録がある方  
 ※確認のため関係書類の提示をお願いする場合があります。  
 秘書係 74-8761

### 年金の相談には事前予約を

年金事務所では、相談や各種手続きの際に事前予約をお願いしています。

- 予約相談の実施時間帯
  - 月曜日 9時～18時
  - 火～金曜日 9時～16時
  - 第2土曜日 10時～15時

●予約方法  
 基礎年金番号が分かる年金手帳や年金証書を用意し、希望日の前日までに左記へ

※左記QRコードからも申し込み可。  
 問 予約受付専用電話  
 TEL 0570-054890  
 または年金事務所  
 TEL 52-3894



### 里親制度をご存じですか？

里親は、親の病気や離婚などの事情により家庭で生活することができないお子さんを自分の家庭で養育する方で、児童福祉法に定められた公的な制度です。詳細はQRコードをご確認ください。また、里親をご希望の方は左記へお問い合わせください。  
 問 岩見沢児童相談所  
 TEL 0126-22-1119



### 10月は土地月間

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など、市内で一定面積以上の土地取引を行ったときは、国土利用計画法に基づき、土地の利用目的および取引価格などを市へ届け出する必要があります。

- 面積要件
  - 都市計画区域内 5千㎡以上の土地
  - 都市計画区域外 1万㎡以上の土地

※複数筆の面積の合計が到達する場合も届け出が必要です。  
 ●届出期限 契約(予約を含む)締結日から2週間以内  
 ※手続きのご案内および提出書類など、詳細は市ホームページ(QRコード)をご確認ください。

問 都市計画係  
 TEL 74-8752



### 不正軽油は犯罪です！

道では、10月を「不正軽油防止強化月間」と定め、道内各地

でトラックなどの燃料採取調査を実施します。  
 不正軽油は脱税や環境汚染のほか、石油販売、建設、運輸などの業者間での市場競争の不公平化にもつながっています。不正軽油と思われる場合は、ただちにお電話ください。  
 問 空知総合振興局事業税間税係  
 TEL 0126-20-0053

### 北海道最低賃金

令和6年10月1日からの  
 最低賃金は1,010円

道内の事業場で働くすべての労働者およびその使用者に適用されます。

### 子育て・教育

#### 1歳児パップクひるほ

- とき 10月7日(月) 10時～11時30分(受付9時45分まで)
  - ところ ふれあいセンター
  - 対象 令和5年9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
- ※試食には乳・大豆などを使用しています。アレルギーをお

持ちの方は代替品を準備しますのでご連絡ください。  
 問 ふれあいセンター  
 TEL 52-2000

#### 10月の子育てひろば

みんなで思いっきり走り回って、運動会を楽しみましょう！子育てなどの相談がある方も、この機会にぜひ参加ください。

- とき 10月21日(月) 10時～11時30分
  - ところ 公民館4階 大会議室
  - 対象 就学前の幼児とその保護者
  - 定員 20人
  - 内容 サテライト公民館「運動会ごっこをしよう！」
  - 講師 子育て支援センター保育士
  - 申込 10月17日(木)までに左記へQRコードからも申し込み可。
- 問 社会教育係 TEL 74-8379  
 子育て支援センター  
 TEL 54-2450



#### 10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。ご利用の際は、事前に申し込みが必要です。

- とき 10月16日(水) 10時～11時
  - ところ 市内保育所
  - 対象 未就学児とその保護者
  - 内容 「ハロウィン製作をしよう！」
  - 申込 左記へ
- 問 ひまわり保育園 TEL 54-4555  
 さくら保育園 TEL 52-3335  
 空知太保育所 TEL 53-3287



**乳がん・子宮頸がん検診**  
**無料クーポン券忘れずに!**  
**【令和7年2月28日期限】**

4月にそれぞれの対象の方に無料クーポン券を送付しています。  
 送付済みの書類をご確認のうえ、受診希望の検診機関に直接お電話にてご予約ください。

●**対象** 後期高齢者医療保険加入者  
 ●**料金** 4,000円  
 ●**申込** 10月1日(火)～10日(木)まで左記へ  
 ●**場所** ふれあいセンター  
 ●**電話** 52-2000

●**対象** 後期高齢者医療保険加入者  
 ●**料金** 4,000円  
 ●**申込** 10月1日(火)～10日(木)まで左記へ  
 ●**場所** ふれあいセンター  
 ●**電話** 52-2000

●**対象** 後期高齢者医療保険加入者  
 ●**料金** 4,000円  
 ●**申込** 10月1日(火)～10日(木)まで左記へ  
 ●**場所** ふれあいセンター  
 ●**電話** 52-2000

**後期高齢者健康診査**  
 すながわ健康ポイント対象事業  
 11月の健診を行いますので、ご希望の方は申し込みください。  
 ●**とき** 11月1日(金)～11日(月)  
 ●**ところ** 細谷医院、明円医院、砂川慈恵会病院  
 ●**対象** 後期高齢者医療保険加入者  
 ●**料金** 4,000円  
 ●**申込** 10月1日(火)～10日(木)まで左記へ  
 ●**場所** ふれあいセンター  
 ●**電話** 52-2000

**健康・福祉**  
 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、乳幼児の計測や発達・栄養・育児などの相談を行います。  
 ●**とき** 10月7日(月) 13時～15時  
 ●**ところ** ふれあいセンター  
 ●**電話** 52-2000

**乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診 申込受付中** すながわ健康ポイント対象事業  
 問 ふれあいセンターTEL 52-2000

市立病院では、乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診を次のとおり実施しています。国民健康保険、後期高齢者医療保険加入者は、料金が半額（オプション検査を除く）となりますので、保険証をご持参ください。

●**曜日・受付時間**

検診項目	受付時間	月	火	水	木	金	実施場所
乳がん	9:00～9:15	○			○		市立病院
	13:00～13:15			○	○		
子宮頸がん	9:00～9:15	○	○	○	○		市立病院 健診センター
大腸がん	10:00～11:00	○	○		○	○	

●**対象・料金**

検診項目	対象 (令和7年3月31日現在)	料金
乳がん (マンモグラフィ検査)	30歳以上 50歳未満(2方向)	2,600円
	50歳以上(1方向)	2,200円
乳がん (3Dマンモグラフィ検査)	30歳以上(上記オプション)	上記料金+990円
子宮頸がん (子宮頸部細胞診)	20歳以上	2,000円
大腸がん (便潜血検査2日法)	40歳以上	1,000円

●**申込** 受診希望日の2週間前までに、ふれあいセンターへお申し込みください。  
 ※直接市立病院に申し込んだ場合は上記の料金では受けることができませんのでご注意ください。

**女性のためのバスツアー検診** すながわ健康ポイント対象事業  
 問 ふれあいセンターTEL 52-2000

国民健康保険、協会けんぽ（被扶養者）に加入している方は特定健診、後期高齢者医療保険に加入している方は後期高齢者健診と一緒にがん検診を受けられます。

●**とき** 11月21日(木)(受付7:30～7:45、集合・解散はふれあいセンター)  
 ●**ところ** 旭川がん検診センター（無料送迎バスあり）  
 ●**定員** 50人（10人未満の場合は中止の可能性あり）  
 ●**対象・料金**  
 国民健康保険、後期高齢者医療保険加入者は、がん検診の料金が右表から半額になりますので保険証を持参してください。  
 ※オプション検査は半額にはなりません。また、すながわ健康ポイント事業の特典「健診チケット」は利用できません。乳がん、子宮頸がん検診の無料クーポンをお持ちの方は使用できます。  
 ●**詳細・申込** 10月10日(木)～28日(月)までにふれあいセンターへ

検(健)診内容	対象 (令和7年3月31日現在)	料金
特定健診	砂川市国保 20歳以上 協会けんぽ被扶養者 40歳以上	砂川市国保 1,000円 ※協会けんぽの方は事業主へご確認ください。
後期高齢者健康診査	75歳以上	400円
胃がん (バリウム検査)	40歳以上	2,000円
肺がん (レントゲン検査)	40歳以上 ※65歳以上は結核検診を兼ねる	600円
大腸がん (便潜血検査2日法)	40歳以上	1,000円
乳がん (マンモグラフィ検査)	30歳以上	50歳未満(マンモグラフィ2方向) 2,600円 50歳以上(マンモグラフィ1方向) 2,200円
子宮頸がん (子宮頸部細胞診)	20歳以上	2,000円

<オプション検査> ※オプション検査のみを受けることはできません。

検診内容	料金	検診内容	料金
婦人科超音波 (子宮頸がん検診を受ける方)	1,100円	ピロリ菌検査 (胃がん検診を受ける方)	3,520円
骨検診	2,100円	肺ヘリカルCT	11,000円
内臓脂肪測定	3,410円	腹部超音波検査	6,270円



## イベント

### 天使幼稚園 園児作品展

- 園児の力作をぜひご覧ください。
- とき 11月2日(土) 10時～11時30分
- ところ 天使幼稚園
- 〒天 使 幼 稚 園 Tel 5 2 1 2 8 7 2



## 講座・講習

### 公民館講座「ぶちスキルアップ塾」はじめてのお金の育て方セミナー

将来設計や夢の実現に向けて、資産運用を始めたいと考えたときのために「お金の増やし方」に関する基本を学ぶ公民館講座を実施します。

- とき 11月1日(金) 18時～20時(受付17時30分)
  - ところ 公民館1階 第2研修室
  - 対象 市内在住または市内事業所に勤務する18歳～29歳までの方
  - 定員 10人 ※先着順
  - 講師 明治安田生命保険相互会社旭川支社 滝川営業部 営業部長代理 横谷俊祐氏
  - 参加料 無料
  - 持ち物 筆記用具
  - 申込 10月2日(水)～18日(金)までに左記へ
- ※QRコードからも申し込み可。
- 〒公民館  
Tel 5 2 1 2 3 3 9



### 第37回がんの市民講座 「家で最期を迎える」在宅医療のお話」

- すなわ健康ポイント対象事業
- とき 10月12日(土) 14時～15時30分終了予定(開場13時30分)
- ところ 市立病院2階 多目的ホール
- 講師
  - ①副院長 総合診療科 木村真司氏
  - ②副看護部長兼訪問看護ステーションよつば管理者(在宅ケア認定看護師) 久保祥子氏
- 申込 不要
- ※参加の際はマスクの着用をお願いいたします。
- 〒市 立 病 院 がん 相 談 支 援 セ ン タ ー  
Tel 5 4 1 2 1 3 1

### ハロウィンジャンボ 5億円 2種類同時発売!

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて) 各1枚300円

### ハロウィンジャンボミニ 5,000万円

(1等3,000万円・前後賞各1,000万円合わせて)

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 10月17日(木)まで
- 抽選日 10月25日(金)

## 統計調査員を募集しています!

国勢調査や経済センサスなどの統計法に基づく統計調査に、統計調査員として従事していただける方を募集しています。希望される方には、あらかじめ統計調査員として登録いただき、調査実施の際にあらためて市からご連絡をいたします。従事いただいた方には報酬をお支払いいたします(報酬額は統計調査の種類により異なります)。詳細はQRコードをご確認ください。

### ●主な業務内容

- ・調査対象の世帯や事業所などに趣旨を説明のうえ、調査票の記入を依頼
- ・記入された調査票を回収し、回答内容をチェック



市 HP

申込・詳細 広報広聴係 Tel. 74-8763



スパイシーなカレー粉とこっくりしたしょうゆ味などは、レンコンとはさみこんだ肉だねと相性抜群です。レンコンには、食物繊維が多く含まれているため、便秘解消に役立つほか、抵抗力を高めるビタミンCも豊富に含まれています。つやつやに出来上がったレンコンは、食欲が増す一品です。

## レンコンのカレーじょうゆはさみ焼き

エネルギー 198kcal たんぱく質 8.6g カルシウム 26mg 塩分 1.2g

4 余分な汁気をペーパータオルでふき、合わせ調味料を加えて煮立たせながら絡める。器に盛り、ごまをふる。

3 フライパンに油大さじ1/2を熱し、2を並べ入れる。3分ほど焼いて、こんがり焼き色がついたら返し、水1/3カップを加え、ふたをして弱めの中火で5分蒸し焼きにする。

2 レンコンは皮をむき、7×8mm厚さの輪切り16枚にする。2枚1組にして、内側の面に片栗粉をまぶし、1の肉だねをはさむ。上下をぐっと押さえ、はみ出た肉だねを押さえて、形を整える。

1 ボウルに肉だねの材料を入れ粘りが出るまで練り混ぜ、8等分して丸める。合わせ調味料の材料は混ぜておく。

### 作り方

肉だね		合わせ調味料	
レンコン	240g	カレー粉	小さじ1/2
鶏ひき肉	200g	しょうゆ	大さじ1と1/2
長ねぎみじん切り	30g	みりん	大さじ1と1/2
塩	0.2g	片栗粉	小さじ1/3
片栗粉	小さじ2		
油	小さじ1		
片栗粉	20g		
白ごま	1g		
油	大さじ1/2		
水	1/3カップ		

材料 (4人分)

## みまもりんご通信



市では、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らせるようさまざまなサービスを実施しています

### ▶ 居宅介護住宅改修資金貸付事業

介護保険制度を利用して、住宅改修工事を行い改修費が20万円を超えた場合、50万円を限度として無利子で資金を借りることができます。対象者は、介護保険被保険者または被保険者を介護している同居の親族などで、市税の滞納がなく償還能力があるなど、一定の要件を満たす方となります。

### ▶ 敬老祝金贈呈事業

引き続き1年以上、市内に住所があり、年齢が88歳と100歳に達する方に、誕生日にお祝い金を贈呈します。

☎高齢者支援係 Tel 74-4452

## 10月の休日当番医・薬局

	一般診療	歯科診療	薬局 (市内)
6 (日)	砂川慈恵会病院 Tel 54-2300	もじり歯科クリニック Tel 32-1181 (赤平市茂尻本町3丁目2)	オアシスファーマシー Tel 74-7107
13 (日)	市立病院 Tel 54-2131	伊東歯科医院 Tel 0164-23-5501 (深川市2条7番29号)	
14 (祝)			
20 (日)	明円医院 Tel 53-2100	ひらやま歯科 Tel 72-2323 (新十津川町中央83番地22)	そらちぶと調剤薬局 Tel 56-2323
27 (日)	市立病院 Tel 54-2131	おおさき歯科 Tel 0124-23-0648 (芦別市北1条東1丁目7番地17)	
備考	診療は9:00~17:00で、夜間診療は電話センター Tel 54-2196へ照会を	診療は9:00~12:00	時間外・緊急窓口: Tel 74-7107 (砂川薬剤師会) ※営業時間については各当番薬局までお問い合わせください

## 10月の定例行事予定

- Café ささえあい  
1日(火) 13:30~
- ひだまりカフェ  
15日(火) 13:30~
- 無料法律相談  
4日(金) 13:00~ ※予約は前日まで。
- おはなしのいずみ  
12日(土) 11:00~
- 赤ちゃんのおはなしばたけ  
24日(木) 11:00~
- ゆう百歳体操  
毎週月・木曜日 10:00~ (3、7、14、28、31日) ※28日は11:00~
- 健康教室「ふまねっと」  
2日(水)、23日(水) 10:00~
- いきいきひろば  
5日(土)、10日(木)、15日(火)、20日(日)、25日(金)、30日(水) 10:00~
- レコードコンサート  
26日(土) 10:00~



市役所  図書館  地域交流センターゆう  公民館

# 砂川を紹介する写真 作品募集中!



募集

10月31日まで

あなたが見つけた砂川の魅力をぜひご応募ください!



詳細は  
右記QRコードから



問広報広聴係Tel 74-8763



3人の夢と受ける選択授業

<p><b>田中 柑奈</b> 臨床工学士 札幌看護学院専門学校</p> <p>選E スポーツII 選F 生活科基礎 選G 演劇に楽しむ 選H 社会福祉基礎 選I 日本史探求 選J 保育基礎 選K スポーツVI</p>	<p><b>岡永 侑奈</b> トリマー 専門学校ヒジヤナリー アーツ東京校</p> <p>選E フードデザイン 選F 生活科基礎 選G 演劇に楽しむ 選H 文化研究 選I 日本史探求 選J 保育基礎 選K スポーツVI</p>	<p><b>中山 弥優姫</b> ウェディングプランナー 札幌ファッションカレッジ 観光専門学校</p> <p>選E スポーツII 選F 生活科基礎 選G セミナリク 選H ミュニケーション 選I 文化研究 選J 演劇 選K 文書処理</p>
---	--	---

この先に広がる無限の可能性に胸を弾ませ、高校生活を思い描いていました。

数学や理科などの体験授業や部活動見学が行われ、高校生の活気あふれる雰囲気を目を輝かせる中学生たち。

生徒会による砂川高校の紹介では、「自分で選択する私の可能性」をテーマに、進路希望に合わせた幅広い教科の中から授業を選べる単位の特色を紹介。

砂川高校で「中学生体験入学」が開催され、空知管内の中学3年生約80人が参加。



編集後記

▼今までイベントなどの取材に数多く行きましたが、今頃になって気づいたことが：▼雨の中のあざっ運動の取材で、傘を差しながらカメラは持ちづらいし、濡れないようにしないと考えると考えていると、そう言えば取材で雨が降ったことなかったかもと気づきました▼コレってすごい?!とひとりで思いながら撮影していました④



← 広報紙について皆さんのご意見をお待ちしています。

声(カセットテープ)で「広報すながわ」をお届けします

毎号、カセットテープを発行日に合わせてお届けします。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もご利用ください。

問広報広聴係Tel 74-8763

