

2024

7  
/1

広報すながわ  
第 2282 号



HOKKAIDO  
SUNAGAWA



Catalog Pocket



電子版で多言語・読み上げ機能



(cover)  
子どもの国



<市の人口 - 5月末現在 - >

- ・世帯数 8,492 世帯 (-7)
- ・人口 15,382 人 (-16)
- ・男 7,141 人 (-14)
- ・女 8,241 人 (-2)

※ () 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

- ・お試し公民館・出張公民館講座を行います
- ・国民健康保険・後期高齢者医療制度
- ・国民年金保険料免除・納付猶予制度
- ・給付金のお知らせ (定額減税補足給付金など)

## お試し公民館・

## 出張公民館講座を行います



公民館で活動をしているさまざまなグループ・サークルで「お試し公民館」、「出張公民館講座」を行います。この機会に興味のある活動に参加してみませんか？

## お試し公民館

7月は体験・見学月間として、「お試し公民館」を行います。ぜひお気軽にご参加ください！

- と き 7月1日～7月31日
- ところ 公民館
- その他 教材費などは受講生の負担となります
- 申 込 公民館Tel 52-2339

## 出張公民館講座

興味はあるけれど、遠くに住んでいてなかなか参加できない…。そんな方のために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」を行います！

- と き 令和6年7月1日～同7年3月31日
- ところ 各コミュニティセンター、町内会館など
- 対 象 5人以上のグループまたは団体
- その他 会場使用料、教材費などは受講生の負担となります
- 申 込 公民館Tel 52-2339

対象のグループ・サークルはこちら！

分野	グループ・サークル名	お試し公民館	出張公民館講座
俳句	創の会	●	●
書道	SHO～帆の会	●	—
工芸	ステンドグラスサークル	●	●
	ソーパークービング リラ(石けんの彫刻)	●	—
手芸	ビーズサークル Legare【レガーレ】	●	—
舞踊	心思踊 西華流 華の会(日本舞踊)	●	●
	桜の会(日本舞踊)	●	—
	砂川音頭保存会(砂川音頭舞踊)	—	●
民謡	三弦会(三味線)	●	—
音楽	砂川コール・ミュゲ(女声合唱)	●	—
ダンス	砂川フォークダンス同好会	●	●
ヨガ	ヨガサークル ゆる～りヨガ	●	●
スピーチ	司会・アナウンスインプレッション	—	●
生活	婦人之友 砂川友の会(暮らしに役立つ知識を学習・実践)	●	●
手話	砂川手話の会	●	●
成年後見	成年後見を学ぶ会	●	●
囲碁	砂川囲碁クラブ	●	—
百人一首	砂川百人一首かるたクラブ	—	●

閩公民館Tel 52-2339

# 国民健康保険・後期高齢者医療制度

国民健康保険係Tel 74-4745

「**限度額適用・標準負担額減額認定証**」、**「限度額適用認定証」**の申請・更新時期です

現在使用している認定証の有効期限は、7月31日までとなっています。8月以降に必要な方は、保険係（1階6番窓口）で申請・更新手続きを行ってください。なお、後期高齢者医療制度に加入している方で認定証の申請をしたことがあり、令和6年度も対象となる方には7月中旬以降に保険証と併せて郵送しますので、手続きは不要となります。**新しい認定証の色は「オレンジ」**です。現在お持ちの認定証は、有効期限が過ぎましたら破棄してください。

## ◆申請・更新時に必要なもの

保険証、マイナンバーカードまたは通知カード  
（記載情報と現況に相違のないもの）

※手続きが必要な方につきましては、市ホームページ（右記QRコード）からご確認ください。



## 後期高齢者医療被保険者証の切り替え

現在ご使用いただいている保険証は7月31日  
で有効期限が切れるため、7月中旬に**「水色」の新しい保険証**をお送りします。届きましたら現在お持ちの保険証は破棄してください。

○新しい保険証の有効期限は、令和7年7月31日です。

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 7月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	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	9011000 北海道後期高齢者医療広域連合 公印(朱)

保険証のこの部分に、  
窓口負担割合を印字  
しています。



# 国民年金保険料免除・納付猶予制度

国民年金係Tel 74-4457  
砂川年金事務所Tel 52-2144

経済的な理由などにより保険料を納めることが難しい場合は、未納のままにせず本制度の手続きを行ってください。承認されると保険料の納付が免除（【全額】、【4分の3】、【半額】、【4分の1】）の4種類）または猶予されます。

## ◎手続きをするメリット

### 1. 免除の割合に応じて、一定の年金額が保障されます！

例えば、全額免除の期間は、保険料を納めなくても、年金額が2分の1保障されます。

### 2. 万が一の際にも保障を確保！

けがや病気で障がいや死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害年金や遺族年金を受け取ることができます。



## ◎退職（失業）により納付が困難な場合は特別免除が申請できます

退職（失業）した際は保険料の納付が免除または猶予となる場合がありますので、失業したことを確認できる公的機関の証明（雇用保険受給資格者証の写しまたは雇用保険被保険者離職票の写し）をご持参のうえ申請してください。

## ◎免除された保険料を後から納付したいとき

免除や納付猶予になった期間から10年以内であれば保険料を後から納付（追納）することができ、追納すると受け取る年金額を増やすことができます。追納をご希望の場合は、年金事務所で申し込みください。

免除・猶予申請に関する詳しい内容やマイナポータルを利用した電子申請については、日本年金機構ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。



# 給付金のお知らせ



市 HP

令和6年6月から行われている定額減税において、減税しきれないと見込まれる方に対して、控除不足分を調整給付として支給します。

また、物価高への支援として住民税非課税世帯および住民税均等割のみ課税世帯を対象に給付金を支給します。

## 1. 定額減税補足給付金

☎社会福祉係 Tel 74-8103

納税者および同一生計配偶者または扶養親族1人につき、4万円（令和6年分の所得税から3万円・令和6年度分の個人住民税所得割から1万円）の定額減税が行われますが、減税しきれないと見込まれる方に対して「定額減税補足給付金」が支給されます。

### 対象

- ・所得税と個人住民税所得割の両方または一方が課税されており、定額減税しきれないことが見込まれる方
- ・合計所得金額が1,805万円以下（給与収入のみの方の場合、給与収入が2,000万円以下である方）である方



定額減税についての詳細は、広報すながわ5月1日号（4～5ページ）または市ホームページをご確認ください。



広報すながわ

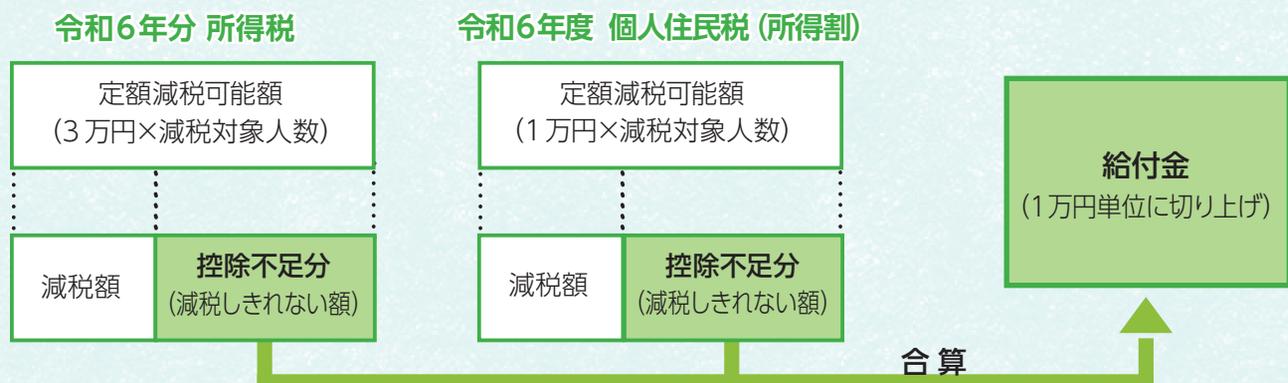


市 HP

### 支給金額

次の(1)と(2)の合算額を、1万円単位に切り上げた額です。

- (1) 所得税分定額減税可能額（3万円×減税対象人数）－ 令和6年分所得税額（令和5年分所得税額から推計）
- (2) 個人住民税所得割分定額減税可能額（1万円×減税対象人数）－ 令和6年度分個人住民税所得割額



※減税対象人数とは、納税義務者本人+控除対象配偶者+扶養親族の数（国内居住者に限る）

※令和6年分所得税額が確定後、当初の給付額に不足が生じた場合には、令和7年度以降に追加で給付する予定です

### 支給方法

振込口座などを確認するための「確認書」を7月より順次郵送しますので、必要事項を記入のうえ返送してください。確認書を受領してからおおむね3週間後に振り込みます。

## 令和6年度

## 2. 住民税非課税世帯および住民税均等割のみ課税世帯への給付金

圏社会福祉係Tel 74-8103

## 対 象

令和6年6月3日時点で砂川市に住民登録がある世帯のうち、以下のいずれかに該当する世帯

- ・世帯全員が「令和6年度住民税非課税」である世帯
- ・世帯全員が「令和6年度住民税均等割のみ課税」である世帯
- ・「令和6年度住民税非課税」の方と「令和6年度住民税均等割のみ課税」の方で構成される世帯

## 支給金額

1世帯あたり10万円

## 支給方法

振込口座などを確認するための「確認書」を7月より順次郵送しますので、必要事項を記入のうえ返送してください。確認書を受理してからおおむね3週間後に振り込みます。



次の世帯は支給されません

- ・住民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯
- ・令和5年度に住民税非課税世帯に対する7万円の給付を受けた世帯および住民税均等割のみ課税世帯に対する10万円の給付を受けた世帯（未申請または支給を辞退した世帯を含む）

## 3. 子ども加算給付金

圏子育て支援係Tel 74-8369

## 対 象

上記10万円給付の対象となる世帯のうち、世帯員に平成18年4月2日以降に生まれた子どもがいる世帯

## 支給金額

子ども1人あたり5万円

## 支給方法

振込口座などを確認するための「確認書」を7月より順次郵送しますので、必要事項を記入のうえ返送してください。確認書を受理してからおおむね3週間後に振り込みます。

※次の世帯は申請が必要です

- ・令和6年6月4日以降に生まれた子どもがいる世帯（対象となる可能性のある世帯に申請書を郵送します。）
- ・令和6年6月3日時点で、単身で学校の寮で生活している場合など、住民票上で別世帯の子どもの生計を維持している世帯（該当する場合は子育て支援係Tel 74-8369までお問い合わせください。）



## 特別な配慮を必要とする方への対応

DV（配偶者暴力）などを理由に避難している方で、基準日において砂川市に住民登録がないものの一定の要件を満たし、避難者（その同伴者含む）が支給対象世帯に該当すると認められた場合、受給権者として支給を受けることができます。

※定額減税補足給付金については適用されません。



★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！

## 6 / 5 功績をたたえて

### 第42回危険業務従事者叙勲伝達式

危険業務従事者叙勲伝達式が市長室で行われ、元砂川地区広域消防組合消防長・佐々木 薫<sup>ささき かおる</sup>氏が瑞宝双光章を受賞されました。佐々木氏は42年間、住民の安全と安心な生活を守るため消防業務に携わり、最前線での消防活動、救急隊員の技術向上、消防团组织や市立病院医師との連携強化など永きにわたるご活躍が認められ、このたびの受賞となりました。



## 6 / 8 かわいい姿に声援と拍手

### 空知太保育所運動会

晴天の中、空知太保育所で運動会が行われました。玉入れやリレーで競い合ったり、引いたカードに描かれている野菜などを取ってゴールを目指すおつかい競争のほか、お遊戯や歌など披露しました。真剣な表情や笑顔を振りまいて走る子どもなど、それぞれの個性を存分に発揮！会場に駆けつけた保護者などからも、笑顔で声援と拍手が送られ、和やかな運動会となりました。



## 6 / 8 読み聞かせでおはなしの世界へ

### おはなしのいずみ

子どもたちに絵本などの読み聞かせをする「おはなしのいずみ」が図書館で行われました。この日は紙芝居、特大絵本の読み聞かせが行われ、子どもたちは絵本の世界に夢中になっていました。また、読み聞かせの中で出題されるクイズに元気よく答える姿も見られました。「おはなしのいずみ」は毎月第2土曜日に開催しています。お子さんと一緒に参加してみませんか？



## 6 / 15 ~ 16 大盛り上がり子どもたち！

### 子どもの国フェスティバル

子どもの国フェスティバルが2日間に渡り開催されました。レストハウス周辺には焼き鳥やフライドポテト、かき氷などさまざまな種類の出店が並び、たくさんの家族連れでにぎわいました。6月16日には、「ふしぎの森」の特設ステージで大道芸人によるパフォーマンス、キャラクターショーが行われ、子どもたちの大きな声援が響き渡る大盛況のフェスティバルとなりました。





←「カタログポケット」で広報を閲覧し、カメラマーク  をタップすると、紙面に掲載しきれなかった写真を見ることができます！



6月23日(日)に北海道子どもの国で開催された「すながわマラソン大会」。小学生から80代まで336人の幅広い世代の参加者がゴールを目指しました。ゴール直前では苦しい表情を見せながらも、爽やかな汗を流し走り切っていました。





## お知らせ

### 水道料金の口座振替・スマホ決済

水道料金のお支払いには、便利な口座振替をご利用ください。

#### 【口座振替の申し込み】

- **ところ** 指定された各金融機関または砂川営業所
- **持ち物** 印鑑、通帳、最近の領収書

#### 【利用可能なスマホ決済】

スマートフォンなどで水道料金のお支払いができます。

#### ● 利用可能なスマホ決済

Pay pay、LINE Pay、支払秘書、JCoin pay、d払い、auPAY

※詳細は中空知広域水道企業団ホームページ(QRコード)

をご確認ください。

中空知広域水道企業団



### スズメバチの巣の撤去

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。ですが、事業所にできた巣は駆除できません。駆除業者を紹介いたしますのであらかじめご了承ください。

環境衛生係 74-4769

### 7月17日は北海道みんなの日

「北海道みんなの日(愛称:道みんなの日)」は、北海道のこれまでの歴史や文化、風土を見つめ直し、これからの北海道を考える日として平成29年に制定されました。愛着や誇りを持ち、より豊かな北海道を築いていくためのきっかけとするとともに、道外から訪れる方やゆかりのある方に魅力を発信する機会としましょう。

北海道環境生活部くらし安全局 道民生活課

TEL 011-204-5211



## 健康・福祉

### 献血にご協力を

#### 【7月19日(金)】

- ソメスサドル砂川ファクトリー 10時～11時
- 砂川消防署 12時30分～13時30分
- 市役所 14時～16時30分

※配車の都合などにより実施場所、日程、時間の変更がある場合があります。

社会福祉係 74-8103

### 後期高齢者健康診査

すながわ健康ポイント対象事業

8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ください。

● **とき** 8月1日(木)～10日(土)

● **ところ** 細谷医院、明田医院、砂川慈恵会病院、いとう内科循環器科クリニック

● **対象** 後期高齢者医療保険加入者

● **料金** 400円

● **申込** 7月1日(月)～10日(水)までに左記へ

● **申し込みセンター** 52-2000

● **申し込みセンター** 52-2000

● **申し込みセンター** 52-2000



## 子育て・教育

### フツ素塗り

● **とき** 7月10日(水) 受付9時30分～10時

● **ところ** ふれあいセンター

● **対象** 満1歳6か月～6歳

● **料金** 無料

● **持ち物** 母子健康手帳と子どもの歯ブラシ2本

● **申し込み** 7月9日(火)までに左記へ



### 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。ご利用の際は、事前に申し込みが必要です。

● **とき** 7月17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** 「水あそびをしよう!」

● **申し込み** 左記へ

### 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)

7月8日(月)

2種類同時発売!

各1枚300円

### サマージャンボミニ 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** 7月8日(月)～8月8日(木)

● **抽選日** 8月23日(金)

イベント

「THE祭」2024

●とき

● 7月20日(土) 12時～19時30分  
● 7月21日(日) 10時～16時

※小雨決行。悪天候時は中止となる場合があります。THE祭ホームページをご確認ください。

●**ところ** 砂川オアシスパーク 遊水地

●**入場料** 無料

●**内容** よさこいやダンスなどさまざまなパフォーマンスが集結！キッチンカーや飲食ブース、子ども向けブースなども実施！

「スペシャルステージ(有料)」すながわ夷、SUGAが贈るスペシャルステージ上演！

●**とき** 7月20日(土) 18時～19時30分

●**チケット**

● 中学生以上 1500円  
● 小学生以下 500円

※当日券は各500円増

●**チケット取扱** スガダンスイノベーション

●**問い合わせ先** 北海道・すながわ夷 Tel 221-8080



ホームページ



Instagram

夏休みアナログゲーム・クラブ

子どもから大人まで世代を超えて楽しめる「アナログゲーム」を20種類以上用意しています！夏休みにみんなで集まって交流しましょう！

●**とき** 8月5日(月) 13時30分～15時30分

●**ところ** 図書館2階 視聴覚スタジオ

●**対象** 幼児・小中高生～一般 ※幼児は保護者同伴

●**定員** 20人

●**申込** 8月1日(木)までに市ホームページまたは左記QRコードから申し込みください。

●**問い合わせ先** 図書館 Tel 74-83379



講座・講習

公民館教室

「夏休み陶芸教室」

●とき

● 7月30日(火) 10時～12時  
● 8月6日(火) 10時～12時

●**ところ** 公民館2階 第1実習室

●**対象** 両日とも参加可能な小学1～6年生

●**定員** 10人(先着順)

●**講師** 火曜会(公民館グループ・サークル)

●**参加料** 1人800円

●**服装・持ち物** 汚れてもよく体温調整しやすい服装、筆記用具、エプロン、ハンドタオル

●**申込** 7月2日(火)～12日(金)までに左記へ

●**※** コーヒーカップ、お皿、花びんのうち、作りたいものを1つ決めたうえで申し込みください。

●**問い合わせ先** 公民館 Tel 521-2339



募集

第77回はたちの集い世話人の募集

令和7年1月12日(日)に開催予定の第77回砂川市はたちの集いの企画・運営を行う世話人(実行委員)を募集します。

はたちの集い対象者で組織する世話人会は、式典や式典後の交流タイムの企画など、はたちの集いに向けて準備を行います。一生に一度のはたちの集いを一緒に盛り上げてみませんか。

世話人会に参加をご希望の方は、社会教育係まで電話もしくは左記QRコードからお申し込みください。

込みください。

●**対象** 平成16年4月2日～同17年4月1日生まれの方

●**※** 進学・就職などで住民登録を市外に移している方もリモートで世話人会に参加できます。(Zoomを使用)

●**とき** 8月からはたちの集い当日まで月1回程度を予定。

●**※** はたちの集い当日まで世話人会への参加は随時募集をしています。

●**ところ** 市役所 (Zoom参加可)

●**問い合わせ先** 公民館教育係

Tel 74-83379



砂川フォークダンス同好会

「おどろてあそぼ」参加者募集

●**とき** 7月21日(日) 9時30分～11時30分

●**ところ** 公民館4階 大会議室

●**対象** 小学校低学年、幼児 ※幼児は保護者同伴

●**服装・持ち物** 動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

●**問い合わせ先** 砂川フォークダンス同好会 梅野

Tel 090-6699512216



**道管団地入居者募集**

● 申込

● 7月18日(木)、19日(金) 10時30分～16時30分

● 7月20日(土) 10時30分～15時30分

● 申込先 エムエムエスマン

シヨンマネージメントサービス(株)空知事業所

※事前にご連絡があれば郵送での申し込みも可。

※すずらん団地は今回の募集以降も随時受け付けます。

● 持ち物 印鑑、世帯全員の収入を証明するもの(源泉徴収票など)

※申込者または同居者で障がい者手帳をお持ちの方はご持参ください。

● 入居予定 9月15日(日)

★応募者多数の場合は左記の日程で抽選会を行います。

● とき 7月23日(火) 10時～

● ところ 左記

● 間 エムエムエスマンシヨンマネージメントサービス(株)空知事業所 Ⅱ3-3071

【8時45分～17時30分(土・日曜日、祝日を除く)】



募集団地名		戸数	間取	募集区分	家賃	駐車場代	エレベーター
すずらん団地	1号棟	10戸	3LDK	一般	19,000～37,300円	2,730円	無
		5戸	2LDK		19,300～37,900円		
	2号棟	8戸	3LDK		19,000～37,900円		
		1戸	2LDK		20,400～40,100円		
三砂団地	A号棟	4戸	3LDK		20,500～40,300円		
	B号棟				20,800～41,000円		
	C号棟	2戸	2LDK		17,700～34,700円		
三砂ふれあい団地		4戸					

※募集戸数は変更する場合があります。

**北海道警察官募集**

(令和6年度第2回)

● 試験日 一次…9月22日(祝)、二次…10月下旬～11月上旬

● 申込 7月1日(月)～8月16日(金)17時まで(原則インターネットから)

※受験資格などの詳細は左記にご確認ください。

● 間 滝川警察署

Tel 24-0110

**自衛官募集**

● 種目 航空学生(海上・航空)、一般曹候補生、自衛官候補生

※受験資格など詳細は自衛隊札幌地方協力本部ホームページ(QRコード)をご確認ください。

● 間 自衛隊札幌地方協力本部滝川地域事務所

Tel 22-2140



**海上保安学校学生募集**

● 申込 7月16日(火)～25日(木)

※受験資格など詳細は海上保安庁ホームページ(QRコード)をご確認ください。

● 間 第一管区海上保安本部総務部人事課 Tel 0134-270118



# みまもいんど通信



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にさまざまなサービスを実施しています。

## ▶家族介護慰労金支給事業

要介護4もしくは5に認定され、1年以上介護保険サービスを利用していない高齢者などを在宅で介護している方で、一定の基準に該当する場合に介護慰労金(年額10万円)を支給します。

## ▶介護手当支給事業

要介護4もしくは5に認定され、介護保険サービスを利用していない認知症高齢者などを在宅で3か月以上継続して介護している方で、一定の基準に該当する場合に介護手当(月額4,500円)を支給します。

※家族介護慰労金と介護手当の重複受給はできません。  
 固高齢者支援係Tel 74-4452

## 7月の休日当番医

	一般診療	歯科診療
7 (日)	すながわ耳鼻咽喉科 Tel 55-3387	メープル歯科 Tel 24-5800 (滝川市東町5丁目8番36号)
14 (日)	市立病院 Tel 54-2131	伊藤歯科医院 Tel 52-2222
15 (祝)		
21 (日)	砂川慈恵会病院 Tel 54-2300	なかむらファミリー歯科 Tel 26-2282 (滝川市滝の川町東3丁目1147-7)
28 (日)	市立病院 Tel 54-2131	よりもと歯科医院 Tel 0124-22-4618 (芦別市北4条西3丁目7-8)
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

## 7月の定例行事予定

- ☐ Café ささえあい 13:30 ~ 2日(火)
- ☐ ひだまりカフェ 13:30 ~ 16日(火)
- ☐ 無料法律相談 13:00 ~ 5日(金) ※予約は前日まで。
- ☐ 赤ちゃんのおはなしばたけ 11:00 ~ 25日(休)
- ☐ ゆう百歳体操 10:00 ~ 毎週月・木曜日(1、4、8、11、18、22、25、29日)
- ☐ 健康教室「ふまねっと」 10:00 ~ 3日(火)、17日(水)
- ☐ いきいきひろば 10:00 ~ 5日(金)、10日(水)、25日(水)、30日(火)

☐市役所 ☐図書館  
 ☐地域交流センターゆう



## 保健師のおはなし

### 子どもたちの目を守るために

裸眼視力1.0未満の近視の子どもの割合は年々増加傾向にあります。近視は遺伝と環境の両方が関係すると言われていたますが、近年は、環境による影響が大きいと考えられており、タブレットやスマホ、ゲーム機器などを近くで長い時間見ていることが原因の1つとされています。

### 近視が進行するとなぜ悪いの？

近視は、眼鏡などで矯正できることから、これまであまり問題視されていませんでした。しかし、さまざまな疫学データの蓄積から、近視が将来の目の病気のリスクを高める可能性があることがわかっています。子どもたちが生涯にわたり良好な視力を維持するためには、小児期に近視の発症と進行を予防することが極めて重要です。

### 近視の発症と進行を予防する方法

#### ●外で過ごす時間を増やしましょう！

日中に屋外で過ごす時間が多い子どもは、近視を発症しにくく進行も遅い傾向にあります。1日2時間は屋外で過ごすことがわかっていますので、無理のない範囲で積極的に外遊びを取り入れましょう。



#### ●近いところで見ると作業に注意！

読書やタブレット使用などを行う際は以下の点に気をつけましょう。

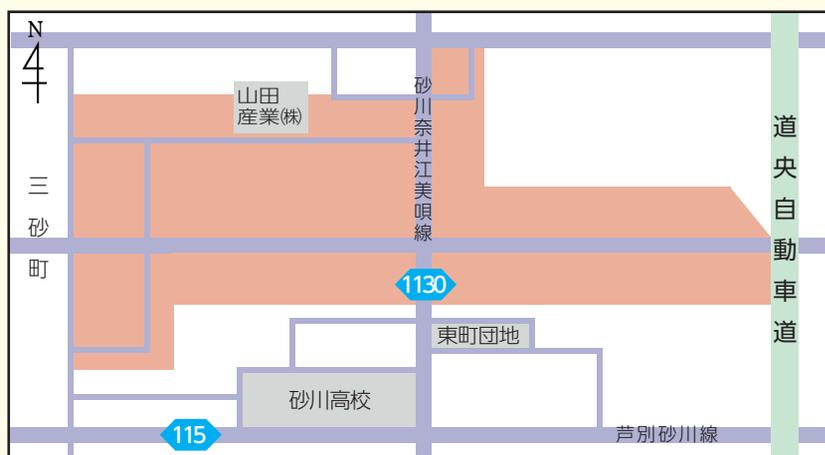
- 部屋を十分に明るくする
- 使用する機器の明るさを適切に調節する
- 背筋を伸ばし姿勢をよくする
- 目から30cm以上離す
- 30分に1回は遠くを見るなどして目を休める

問ふれあいセンター  
 Tel 52-2000

## 広報委員を募集しています

- 対象 市内にお住まいの方
- 配布回数 毎月2回
- 募集人員 1人
- 配布区域 吉野、北吉野(右記の赤色の範囲)
- 配布部数 207部(7月1日号現在)
- 所要時間 1回あたり2時間程度
- 報償費 月額6,200円
- 申込 下記へ

問広報広聴係TEL 74-8763



公民館で行われた「高齢者等スマートフォン体験教室」。

この日は、これからスマートフォン(スマホ)を所有しようとする方など、初心者を対象にした初級編の講座が行われていました。電源の入れ方、電話のかけ方などの基本操作のほか、文字の入力の仕方では、フリック入力にも挑戦。使えると速いですが、これがまた難しい!わからないことをすぐ質問できるのが講座の良いところです。

スマホが平成20年頃に誕生してから、これまで飛躍的に普及し、高齢者の普及率も上がってきています。スマホを持つ一番の理由は、LINEなどでメッセージやビデオ通話をし、遠方の家族やお孫さんとのコミュニケーションツールとして使うことだそうです。

ふだんの生活でも情報収集などが簡単にできますし、災害などのいざというときにも便利なので、早く慣れて使いこなせるようになると良いですね。



### 編集後記

▼上記の高齢者等スマートフォン体験教室は初級編ですが、中・上級編もあり人気の講座です▼実は私もフリック入力を完璧に使いこなしていません▼フューチャーフォンからスマートフォンと利便性と複雑化が進み、次はどんなものが世に出てくるのでしょうか▼年を取ったとき、皆さんみたいにアクティブになれるかな☺

### 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



←広報紙について皆さんのご意見をお待ちしています。