

2026

3 / 1

広報すながわ  
第 2322 号

# 砂川

HOKKAIDO  
SUNAGAWA

CatalogPocket



電子版で多言語・読み上げ機能



(cover)  
おひなさまといっしょに (空知太保育所)

<市の人口 - 1月末現在 ->

- ・世帯数 8,363 世帯 (-10)
- ・人口 14,999 人 (-16)
- ・男 6,964 人 (-1)
- ・女 8,035 人 (-15)

※ () 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

- ・ひとりで抱え込まないで (自殺対策強化月間)
- ・高額介護合算療養費のお知らせ
- ・意見募集 (パブリックコメント)

## 気付いて!身近な人の心のサイン

自殺をしてしまう人の中には、ふだんの生活の様子と変わらず、悩みを抱えている様子も見られない人も多いです。自殺を予防するためには、辛い気持ちを打ち明けてもらうことが重要です。もし、悩みごとを相談されたり、自殺をほのめかす言動が見られたら、「TALKの原則」を参考に、誠実な態度で相手の話を傾聴し、気持ちに共感することが大切です。

「大丈夫?」、「眠れてる?」、「疲れてない?」。あなたのその一言で救われる命があります。身近な人の変化に気付いたら、声をかけてみましょう。

### < TALKの原則 >

**Tell** 誠実な態度で話しかける

**Ask** 自殺についてはっきりと尋ねる

**Listen** 相手の訴えを傾聴する

**Keep safe**

相手の安全を確保し、医療機関などにつなげる



## お気軽にご相談ください



### ●こころの健康相談統一ダイヤル

おこなおまろうよこころ  
Tel 0570-064-556 【平日】9:00～21:00 【土・日曜日、祝日】10:00～16:00  
※12月29日～1月3日を除く。

### ●よりそいホットライン (一般的な生活上の悩み・生活困窮・DV・心の悩みなど)

Tel 0120-279-338 【24時間対応、年中無休】  
電話のほか、FAX・チャット・SNSによる相談にも対応



### ●子供のSOSの相談窓口 (子どものSOS全般・いじめ・不安・悩みなど)

なやみいおう  
Tel 0120-0-78310 【24時間対応、年中無休】



### ●女性のための相談窓口



### ●北海道いのちの電話 (心の悩み・自殺問題など)

Tel 011-231-4343 【24時間対応、年中無休】

### ●#いのちSOS (心の悩み・自殺問題など)

Tel 0120-061-338 【24時間対応、年中無休】



### ●滝川保健所 (心の悩み・自殺問題・ひきこもり・自死遺族の悩みなど)

Tel 24-6201 【平日】8:45～17:30 ※年末年始、祝日を除く。

### ●ふれあいセンター (心や体の悩みなどの相談)

Tel 52-2000 【平日】8:30～17:15 ※年末年始、祝日を除く。



### ●まもろうよこころ (相談窓口、自殺対策の取り組みなどをまとめたサイト)



### ●いのちと暮らしの相談ナビ (人間関係やお金、仕事など、さまざまな分野の相談先を検索可)



### すながわ健康ポイント対象事業について

アプリ(オアリパ+)で参加している方は、QRコードを読み取ると、1ポイント付与されます。(最大2ポイントまで)



## 3月は「自殺対策強化月間」

# ひとりで抱え込まないで

ふれあいセンター Tel 52-2000

自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、経済問題や家庭環境、職場や学校でのストレスなど、さまざまな社会的要因があり、追い詰められた結果、自殺を選択してしまう場合があります。自殺に至る前には、何らかのサインがあります。自分自身の心のサインに気付いて声を上げてみてください。また、身近な人が出しているサインに気付いたら、そっと声をかけてみてください。

### 自殺は大きな社会問題になっています

自殺は、かつて「個人の問題」と認識され、誤解や偏見も根強く存在していましたが、平成18年に自殺対策基本法が施行され、国全体で対策が進められるようになり、「社会の問題」と広く認識されるようになりました。平成28年には、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指し、自殺対策基本法が改正されました。

自殺者数は統計的には減少傾向にあるものの、毎年、全国で2万人ほど報告されています。また、近年では子どもの自殺が増加傾向で、令和6年度は過去最高の529人となったことも大きな問題となっています。「ひとりの自殺が、少なくとも周囲の5人から10人の人たちに深刻な影響を与える」と言われており、身近な人たちへの心理的、社会的、経済的影響は計り知れません。

## 気付いて!あなたの心のサイン

「自分が弱だけ…」、「自分だけが我慢すれば…」などと、悩みや不安な気持ちをひとりで抱え込んでいませんか?以下のような症状が現れたら、もしかしたら「心の病気」のサインかもしれません。

心や体が発するサインに早めに気付いて対処することで、「心の病気」を未然に防ぎ、改善することができます。「自分には関係ない」と思っている人も、一度チェックをして、当てはまるものが2週間以上ほとんど毎日続き生活に支障が出ている場合は要注意です。家族や周囲の信頼できる人、専門機関などに相談しましょう。

### 心のサイン

- ・気分が落ち込んだまま元気がならない
- ・すぐに涙が出てくる
- ・何もする気がしない
- ・今まで関心があったことに興味が持てない



### 体のサイン

- ・眠れない日が続いている
- ・食欲がない
- ・体重が減ってきた
- ・いつも体がだるい
- ・頭痛や吐き気がする
- ・耳鳴りやめまいがする
- ・便秘や下痢が続く



### 行動のサイン

- ・ひとりでいる時間が増えた
- ・外出しなくなった
- ・簡単なミスを繰り返すようになった
- ・気付くといつもネガティブな発言ばかりしている



### ちゃんと眠れていますか?

「なかなか寝つけない」、「夜中に何度も目が覚めてしまう」などの睡眠障害は、うつ病の代表的な症状のひとつです。反対に、睡眠障害がうつ病の原因になることもあり、「睡眠」と「心の病気」には密接な関係があります。2週間以上うまく眠れない状態が続いていたなら、放置せず早めに医療機関を受診しましょう。



# 選挙管理委員会からのお知らせ

選挙管理委員会 TEL 74-8794

2月8日に行われた第51回衆議院議員総選挙の投開票の結果(砂川市分)は下記のとおりです。詳細は、市ホームページをご覧ください。



市 HP

## 投票結果

	有権者数	小選挙区		比例代表	
		投票者数	投票率(%)	投票者数	投票率(%)
男	6,140	3,933	64.06	3,934	64.07
女	7,233	4,428	61.22	4,428	61.22
計	13,373	8,361	62.52	8,362	62.53

## 開票結果

小選挙区(届出順)		比例代表(届出順)	
氏名	得票数	政党名	得票数
わたなべ孝一	3,579	日本共産党	328
神谷ひろし	4,552	国民民主党	658
無効票	230	中道改革連合	2,810
		日本維新の会	262
		社会民主党	137
		参政党	420
		自由民主党	2,725
		れいわ新選組	274
		チームみらい	342
		日本保守党	171
		減税日本・ゆうこく連合	87
		無効票	148

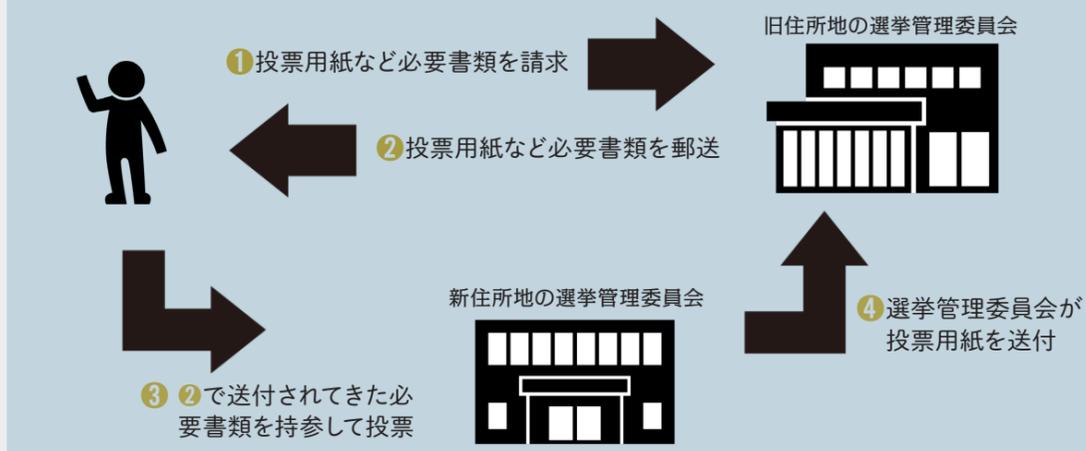
## 新しい住所地で投票をするために 住民票の手続きを

進学や就職などで引っ越しをされる方は、これから住む寮やアパートなどが新しい住所となります。住民票を移した場合、次のとおり選挙の投票ができます。

住民票を移してから…

- 3か月が経過している → 新しい住所地で投票
- 3か月が経過していない → 引っ越し前の住所地で投票  
(引っ越し前の住所地に3か月以上住んでいた必要があります。)

不在者投票(引っ越し前の住所地に行けない場合)



- ・不在者投票は、仕事や旅行などで、選挙期間中、現住所地以外の市区町村に滞在している方も、滞在先の市区町村の選挙管理委員会で投票を行うことができる制度です。
- ・投票用紙などの郵送にかかる場合がありますので、早めの手続きをお願いします。

## 高額介護合算療養費のお知らせ

北海道後期高齢者医療広域連合 TEL 011-290-5601  
保険係 TEL 74-4745



北海道後期高齢者  
医療広域連合 HP

高額介護合算療養費とは、医療保険と介護保険の両方を利用して世帯の自己負担を軽減する制度です。

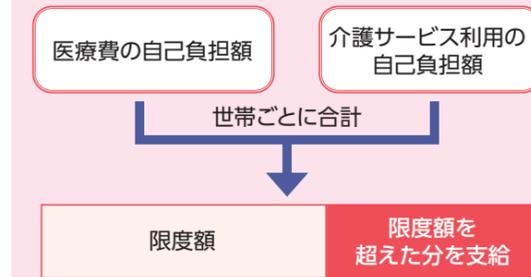
同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えた場合、超えた分の額が後期高齢者医療制度および介護保険から支給されます。対象の方には、3月下旬に申請のお知らせを郵送しますので、申請書に必要事項を記入のうえ、保険係(1階6番窓口)へご提出ください。

※詳細は、北海道後期高齢者医療広域連合ホームページまたは送付されるお知らせをご確認ください。

※後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。

※支給額が500円以下の場合には支給されません。

### <支給のイメージ>



## 意見募集(パブリックコメント)

- ① に関する事 企画調整係 TEL 74-8767
- ② に関する事 クリーンプラザくるくる TEL 53-5353



市 HP

### 募集する意見①

名称	第3期砂川市まち・ひと・しごと創生総合戦略(案)
内容	令和8年度から同12年度を期間として、地域経済の活性化や持続可能なまちづくりに向けた取り組みをまとめた「第3期砂川市まち・ひと・しごと創生総合戦略(案)」に対する意見
応募対象	市内に在住、在勤、在学している方、その他本計画に関係する個人または団体など
閲覧場所	市ホームページ、市役所1階ロビー、公民館、地域交流センターゆう、まちなか交流施設すないる、南地区・北地区コミュニティセンター
募集期間	3月20日(祝)まで
詳細・提出	企画調整係 TEL: 74-8767 FAX: 54-2568 Eメール: kikaku@city.sunagawa.lg.jp 郵送: 〒073-0195 砂川市西7条北2丁目1番1号 砂川市役所 政策調整課 企画調整係 宛て

### 募集する意見②

名称	砂川地区保健衛生組合公共施設等総合管理計画(案)
内容	令和8年度から同17年度を期間とする「砂川地区保健衛生組合公共施設等総合管理計画(案)」に対する意見
応募対象	砂川市・歌志内市・奈井江町・上砂川町・浦臼町に在住、在勤、在学している方、その他本計画に関係する個人または団体など
閲覧場所	市ホームページ、市役所1階ロビー、まちなか交流施設すないる、クリーンプラザくるくる
募集期間	3月2日(月)から3月31日(火)
詳細・提出	クリーンプラザくるくる TEL: 53-5353 FAX: 53-5354 Eメール: cleanplaza@io.ocn.ne.jp 郵送: 〒073-0168 砂川市西8条北22丁目127番地6 クリーンプラザくるくる 宛て

- ・提出方法 所定の様式に必要事項を記入のうえ、FAX、Eメール、郵送、閲覧場所に備え付けの意見箱に投函、または市ホームページ内のパブリックコメント専用フォームでご提出ください。



←「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！

★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！

**2** / **17** **笑顔あふれ元気いっぱい！**  
**砂川天使幼稚園でお店屋さんごっこ**

砂川天使幼稚園で「お店屋さんごっこ」が開催されました。この日は、手作りのクレーンゲームや射的など楽しいアトラクションが並び、動物メガネや空飛ぶコマなどかわいくてユニークな景品がずらり。みんなで一生懸命準備しました。開店すると「いらっしゃいませ！」の元気な掛け声とともに、お目当てのお店にまっしぐら。笑顔があふれ楽しいひと時を過ごしていました。



**2** / **22** **ならいごとが大集合**  
**新しいことを始めるきっかけに**

地域交流センターゆうで「こどもならいごとフェスティバル 2026」が開催されました。バレーボールや琴の演奏などの体験や習い事の相談ができるブースのほか、ステージではダンスやブラスバンドの演奏などが披露され、会場に多くの家族連れが訪れていました。「すごい楽しかった！続けてみたい！」との声もあり、さまざまな体験を通して新しい興味に出会える一日となりました。



**地域おこし協力隊 活動報告**



すながわに遊びに来てね！  
 商工労働観光課所属  
 なかの ゆうな  
**中野 有菜** 隊員

着任して、約2年が経とうとしています。「まちなか交流施設すないる」に活動拠点が移り、砂川の草木や食材を使った草木染めや味噌づくり、退任した篠原隊員企画のスイーツ&ポークチャップフェスタ、空知管内の協力隊と連携したワークショップなどのイベントを開催しました。たくさんの方に力を貸していただき、活動の幅や出会いを広げ、砂川に根付いた文化や魅力に触れることができました。これからも市内外とさまざまなひと・もの・ことが交わる活動ができたらと思っています。



**2** / **8** **砂川の冬を思いっきり楽しむ！**  
**衣装滑り台コンテストで大盛り上がり！**

砂川オアシスパークで「すながわ冬まつり 2026」が開催されました。メインイベントの衣装滑り台コンテストでは、アニメのキャラクターや砂川市のご当地キャラなど、それぞれがユニークな衣装で滑り、観客を大いに盛り上げました。ほかにも、ワカサギ釣り体験やアイスカールセル、歌やダンスのステージパフォーマンスなどが行われ、会場はたくさんの人たちでにぎわいました。



**2** / **14** **わかさぎ釣りにチャレンジ！**  
**釣果は上々？**

砂川オアシスパークで「ジャリン子冬体験塾」が開催され、57人の親子が参加しました。講師の方々から餌の取り付けや釣り方などを学んで挑戦。さおを置いてわかさぎがかかるまでじっと待ち、引きがあった瞬間にリールを巻きます。「みんなー！1匹目釣れたよー！」と喜びの声があがりました。中には10匹ほど釣った子も。親子で冬の風物詩を楽しんでいました。



**2** / **15** **冬のスポーツに親しんで**  
**雪景色の中で運動を楽しむ**

日の出歩くスキーコースで「歩くスキー教室」が行われ、13の方が参加しました。講師の歩くスキークラブ会員の方に教わりながら、スキー板とストックを使った動作に少しずつ慣れていき、自分のペースで一歩ずついいいにコース内を歩きました。参加した方同士での交流も楽しみながら、自然の中で冬ならではのスポーツに親しみ、気持ちのいい汗を流していました。



# お知らせ

## 指定ごみ袋の配付

次の要件に該当する世帯に指定ごみ袋を配付します。なお、4月1日以降に申請すると配付枚数が少なくなりますので、早めにお手続きください。

### 対象

- ①生活保護世帯
- ②申請時に同居する全ての世帯員が市税非課税である世帯
- ③砂川市紙オムツ利用券交付事業実施要綱に基づく支給対象の方と同居する世帯

### 持ち物

印鑑(代理者含む)、前住所地の非課税証明書(②の方で令和7年1月2日以降に転入の場合)

### 申請

3月2日(月)以降に環境衛生係(1階7番窓口)へ  
環境衛生係Tel 74・4769

## 上下水道料金の助成

### 対象

- 生活保護世帯
- 寡婦またはひとり親世帯(母親または父親の収入で生計を維持し、20歳未満の子や一定の障がいのある子を扶養する世帯)で、住民税非課税世帯
- 70歳以上の単身者または夫婦のいずれかが70歳以上の世帯、または70歳以上の方が同居する親族を扶養している世帯で、住民税非課税世帯
- 重度身体障害者(1・2級)

## 水道料金の口座振替・スマホ決済について

水道料金の口座振替の申し込みは、印鑑と通帳、直近の領収書を持参のうえ、各金融機関または砂川営業所で手続きができます。

また、スマートフォンなどのモバイル端末を使用して水道料金の支払いができる「スマホ決済」は、PayPay、PayPay、支払秘書、J-Coin Pay(令和8年8月末まで)、d払い、auPAY、FamilyPayに加え、4月よりAONPAY、楽天ペイが利用できます。

詳細は、ホームページをご確認ください。  
関中空知広域水道企業団  
Tel 53-38031



水道企業団 HP

## 退去時は必ず水抜きを!

借家などを退去する際は、必ず使用者が水道の水抜きをしてください。すでに空き家になっている建物の維持管理は、所有者の責任になりますので、所有者または管理者が再確認してください。

関中空知広域水道企業団  
Tel 53-38031

の収入で生計を維持している住民税非課税世帯  
※申請時に身体障害者手帳の写しが必要。

●申請 左記へ  
関都市計画課管理係  
Tel 74・8743

## 中空知交通災害共済受付

万一の交通事故に備えて、家族そろって加入しませんか。  
●共済期間 令和8年4月1日(4月2日以降に加入した場合は加入日)〜同9年3月31日  
●年会費 1人400円  
●対象 中空知管内に住民登録がある方(就学のため管外に居住している方も可)  
●申込 生活交通係(1階8番窓口)、北門信用金庫窓口、または町内会へ  
関生活交通係Tel 74・4758

## 軽自動車などの各種変更手続きは3月中に!

軽自動車税(種別割)は4月1日現在で軽自動車などを所有している方に課税されます。取得・廃車・譲渡や住所の変更があった場合は3月中に各窓口で手続きをしてください。手続きを行わない場合は、そのまま課税されますのでご注意ください。詳細は各窓口へお問い合わせください。  
・〈三輪・四輪の軽自動車〉  
軽自動車検査協会 札幌主管事務所

## 警察署が統合します

4月1日から、滝川警察署は、赤歌警察署および芦別警察署と統合し、滝川警察署の分庁舎(赤歌警察庁舎、芦別警察庁舎)として運用します。滝川警察署の窓口業務や事務取り扱いなどに変更はありません。詳細は、ホームページをご確認ください。

関北海道警察本部警務課インフォメーション推進室  
Tel 011-251-0110



道警 HP

## 子育て・教育

### フツ素塗布

- とき 3月11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
- ※必ず歯磨きをしてください。希望者には歯の染め出しも行います。

●申込 3月10日(火)までに左記へ  
関ふれあいセンター  
Tel 52-20000



フツ素申込

# 令和8年 第1回市議会定例会

議会の活動や市政の内容を知るために、議会を傍聴してみませんか?

- とき 3月9日(月)〜 10時開会(予定)
  - ところ 市役所4階 議場
- 一般質問は3月10日(火)(時間未定)からの予定です。質問をする議員の順番・内容は3月6日(金)に市議会ホームページをご確認ください。また、定例会の様子を「YouTube」においてライブ中継しますので、ぜひご覧ください。



市 HP



市議会インターネット中継



関議会事務局Tel 74-8796

## 健康・福祉

### 後期高齢者健康診査

【すながわ健康ポイント対象事業】  
4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 4月1日(水)〜10日(金)  
●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 3月2日(月)〜10日(火)までに左記へ  
関ふれあいセンター  
Tel 52-20000

## 講座・講習

### 成年後見制度市民フォーラム

認知症や障がいなどにより、判断能力が十分ではない方を支える「成年後見制度」。いざというときに安心して制度を活用できるよう、基本的な仕組みや役割について学んでみませんか。  
●とき 4月5日(日) 13時30分〜15時  
●ところ 地域交流センターゆら 大ホール  
●内容 いざというときのために知って安心、成年後見制度  
●講師 岩見沢なほし法律事務所 弁護士 田村 秀樹氏  
●対象 市民およびその親族、支援関係者など  
●参加料 無料  
●申込 3月30日(月)までに左記へ  
関砂川市成年後見支援センター(社会福祉協議会内)  
Tel 52-25588

## 献血にご協力を

- 【3月4日(水)】
  - 9時40分〜11時 北海道電力 砂川発電所
  - 12時30分〜13時30分 砂川慈恵会病院
  - 14時〜16時20分 砂川市立病院
- 【3月27日(金)】
  - 9時40分〜10時30分 砂川消防署
  - 10時50分〜11時30分 山田産業
  - 12時〜12時50分 北海道三井化学
  - 14時10分〜16時 砂川市役所

※配車の都合などにより実施場所、日程、時間を変更する場合があります。



## 募集

### ボランティア募集

クリーンプラザぐるぐるでは、搬入された家具や日用品などを再利用できるよう補修・調整作業を行うボランティアを募集します。

- 期間 週2日〜3日
  - 募集人数 2人
  - 作業内容 家具や日用品、自転車の補修・調整作業など
  - 交通費 月額5000円を上限として支給
- 問クリーンプラザぐるぐる  
TEL 53-5555

### 喫茶（公民館）営業者募集

- 公民館1階にある喫茶コーナーの営業者を募集します。
  - 資格 市内居住者
  - 営業内容 コーヒーなどの飲み物と食事の販売および自動販売機での清涼飲料水の販売。
  - 営業開始 4月から（応相談）
  - 使用料（月額） 約2万2000円（電気・水道・ガス・暖房・自動販売機の料金を含む）
  - ※年度ごとに変動あり
  - 申込 3月10日（火）までに、左記へ
- 問公民館管理係TEL 52-2339

### 北海道後期高齢者医療広域連合 運営協議会委員募集

後期高齢者医療制度の運営に関する重要事項を審議していただく委員を募集しています。

- 募集人数 5人
  - 資格 道内在住の満18歳以上の方（ただし、議員や公務員などを除く）
  - 任期 令和8年7月から2年間（年2回の開催を予定）
  - 申込 4月30日（木）までに、保険係（1階6番窓口）にある応募要領を参照して提出
  - 報酬 1日につき5000円（旅費別）
- 問後期高齢者医療広域連合  
TEL 011-290-5601  
保険係TEL 74-4745

### 令和8年度 ふれあいセンターサークル募集

ふれあいセンターの一室を利用してサークル活動（2人以上）をする方を募集しています。申し込みには活動内容をまとめた計画書の提出や、日程調整などが必要となりますので、まずはお問い合わせください。また、ふれあいセンターで活動中の各サークル会員の募集もしています。入会を希望される方に、代表者を紹介いたしますのでご連絡ください。

●対象 おおむね60歳以上の市民  
●内容 太極拳、健康体操、社交ダンス、フォークダンス、料理、オカリナ、手芸

- 料金 100円（入館料）
- 問ふれあいセンター  
TEL 52-2000

### 北海道警察官募集

- 試験日  
1次試験…4月26日（日）  
2次試験…6月上旬〜中旬
- 申込 3月1日（日）〜4月10日（金）17時までに電子申請（受験資格などの詳細は、ホームページをご確認ください。問滝川警察署TEL 24-0110 道警HP

自宅のテレビで市の情報を取得できます

### 地デジ広報

- 1 UHB(チャンネル8)を選択
- 2 リモコンのdボタンを選択
- 3 リモコンの黄色ボタンを選択
- 4 見たい記事を選ぶ

※運動データ放送の場合は黄色ボタンを2回押す必要があります

問広報広聴係TEL 74-8763



道警HP

## 保健師のおはなし

問ふれあいセンター  
TEL 52-2000

### 春バテって聞いたことありますか

春バテとは、春に現れる自律神経の乱れからくる心身の不調の総称です。気圧の変動、気温の寒暖差、進学、人事異動などの生活や環境の変化によるストレスで、自律神経のバランスが乱れがちになります。



自律神経は、活動モードの交感神経とリラックスモードの副交感神経があり、ストレスがかかると交感神経が優位になり、さまざまな不快な症状が表れやすくなります。

症状として、だるさ、倦怠感、頭痛、肩こり、イライラ、気分の落ち込み、不眠などがありますが、自律神経のバランスを整えることが大切です。

中には春バテだと思っていたら、思わぬ病気が隠れている場合もあります。症状が長引いたり、悪化したりするときは医療機関を受診しましょう。

### Check! 春バテの予防と対策

- ・服装を調整して寒暖差に備える
- ・ゆっくりとした深い呼吸をして、吐く息を長くする
- ・入浴は熱いお湯を避ける
- ・ウォーキング、軽いストレッチ、ヨガなどの適度な運動をする
- ・食事は食べ過ぎ、早食い、偏食をやめゆっくりとよくかんで食べる
- ・睡眠を十分に取る
- ・好きな音楽、趣味などでリラックスする
- ・朝の日光を浴びて、体内時計をリセットする

### すながわ健康ポイント対象事業について

アプリ（オアリパ+）で参加している方は、QRコードを読み取ると、1ポイント付与されます。（最大2ポイントまで）



## 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

### ▶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。

問高齢者支援係TEL 74-4452

### 3月の休日当番医・薬局

	一般診療	歯科診療	薬局（市内）
1日（日）	明円医院 TEL 53-2100	はぎわら歯科クリニック TEL 0124-22-5858 (芦別市北7条西2丁目8)	そらちぶと調剤薬局 TEL 56-2323
8日（日）	市立病院 TEL 54-2131	深川第一病院歯科口腔外科 TEL 0164-23-3516 (深川市あけぼの町1-1)	
15日（日）	いとう内科循環器科クリニック TEL 55-3355	メープル歯科 TEL 24-5800 (滝川市東町5丁目8-36)	アース調剤薬局 TEL 52-7081
20日（祝）			
22日（日）	市立病院 TEL 54-2131	松原歯科医院 TEL 52-6480	
29日（日）		みなみ歯科医院 TEL 24-3734 (滝川市西町5丁目3-28)	
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

### 3月の定例行事予定

- ☑ Café ささえあい 3日（火）13:30~
- ☑ ひだまりカフェ 17日（火）13:30~
- ☑ 無料法律相談 6日（金）13:00~ ※予約は前日まで。
- ☑ おはなしのいずみ 14日（土）11:00~
- ☑ 赤ちゃんのおはなしばたけ 26日（日）11:00~
- ☑ ゆう百歳体操 毎週月・木曜日 10:00~（2、5、12、16、23、26、30日）  
※2、5、16、30日は11:00~
- ☑ 健康教室「ふまねっと運動」 11日（水）、25日（水）10:00~
- ☑ いきいきひろば 5日（水）、10日（火）、25日（水）、30日（月）10:00~
- ☑ 認知症を抱える家族の交流会 16日（月）10:00~



☑ すすのいる ☑ 市役所 ☑ 図書館 ☑ ゆう ☑ ふれあいセンター



instagram

”すながわ”が集まる場所

#sunaピース



みんなの写真で  
砂川市の良さをもっと広めたい！

#sunaピースをつけて  
投稿すると広報すながわ  
に掲載します！



sunagawa\_photo

めっちゃ釣れたよ！



投稿者：広報広聴係

上手にできました！



北光小学校で行われた「わら細工体験活動」。4年生から6年生は、亀のしめ飾りなどの制作に挑戦しました。稲わらの長さをそろえ、ほどけないようにていねいに編み込んで完成です。

わらは、子どもたちが春の田植えから秋の稲刈りまでを行い、心を込めて育てたものを使いました。

昔から、しめ縄やわらじ、家畜の飼料など、暮らしのさまざまな場面で活用されてきた稲わら。子どもたちは、そうした先人の知恵を学び、ものづくりの時間を楽しんでいました。



## 広報委員を募集しています！

広報委員に欠員が出た際にお申し込みいただいた方から優先してご案内します。お気軽にご連絡ください。

- 対象 市民
- 配布回数 毎月2回
- 報償費 月額 4,400円～7,400円（配布部数によって変動）
- 申込 下記へ



**編集後記**

▼表紙は子どもたちと一緒に、おひなさまが飾られていたね▼私には姉がおり、子どもの頃は、この時期にひな壇の組み立てなどを兄と一緒にしていました▼並び順はどうだったっけ？と話しながら飾り付けしていたことを「懐かしいなあ」と思い出していました▼ちなみに主役の姉は、準備をほとんどしてくれませんでした(笑) (C)



←広報紙について皆さんのご意見をお待ちしています。

問広報広聴係 Tel. 74-8763