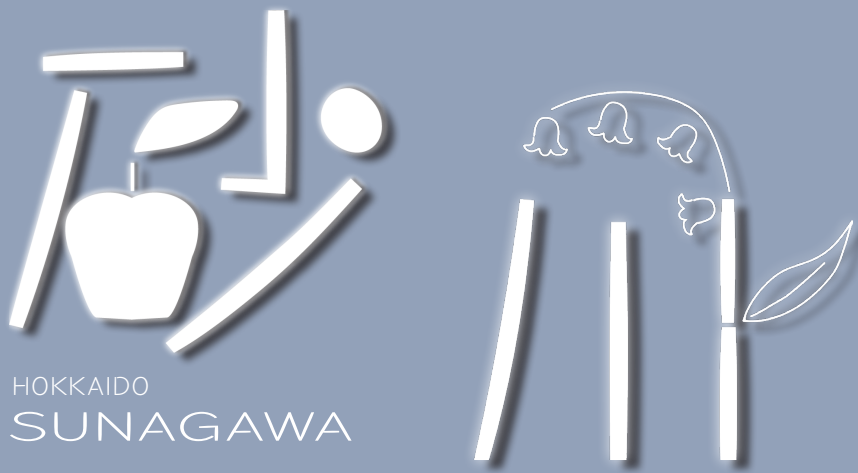


2026

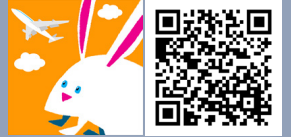
5 / 1

広報すながわ  
第 2326 号



HOKKAIDO  
SUNAGAWA

Catalog Pocket



電子版で多言語・読み上げ機能

(cover)

今日からピカピカの新1年生！  
(砂川学園入学式)



<市の人口 - 3月末現在 ->

- ・世帯数 8,329 世帯 (-26)
- ・人口 14,855 人 (-116)
- ・男 6,886 人 (-66)
- ・女 7,969 人 (-50)

※ () 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

一巻頭フォトリポート  
砂川学園開校式・入学式

PickUp

- ・すながわスイートスタンプラリー 2026
- ・緑と花の祭典
- ・国保特定健診 など

# 砂川学園 開校

—開校式・入学式フトリポート—



5つの小学校と砂川中学校が統合した義務教育学校「砂川学園」が開校し、4月14日に開校式、15日に入学式が行われました。

開校式には743名が出席し、テーフカットで式典が開幕。飯澤市長から堤校長先生に校旗が授与されました。式の最後には、砂川学園の校歌を作詞作曲したシンガーソングライターTomomiさんと子どもたちが一緒に校歌を披露。会場には大きな歌声が響き渡り、砂川学園の誕生に華を添えました。

入学式では、70名の新1年生が砂川学園に入学しました。少し緊張した様子の子どもたちでしたが、9年生の末兄さん末姉さんに優しく手を引かれ、たくさんの保護者の方や先生が見守る中入場しました。式が始まると、真剣な表情で校長先生のお話を聞き、立派な姿を見せてくれました。

新7年生の入学式では87名が入学。これから始まる新しい学校生活を前に、期待に胸を膨らませました。

ついに開校を迎えた砂川学園。新たな学び舎で、これからすてきな思い出をたくさん作ってくださいね。



第52回

すながわ

# 緑と花の祭典

とき 5月17日(日) 10:00～  
ところ 北光公園  
※雨天時は地域交流センターゆうで  
11:00から開催

## ステージの催し

- 10:00 開会宣言
- 10:05 1回目 キャラクターショー
- 10:45 砂川キッズジャズスクール
- 11:15 砂川市民劇団 心呂座
- 11:40 よさこい踊り (砂川彩華)
- 12:00 主催者・来賓あいさつ、もちまき
- 12:30 2回目 キャラクターショー
- 13:15 **バラエティショー**  
【出演】木山裕策・SHINOBU
- 14:20 閉会宣言

## ステージ外の催し

- 10:00～ JC 広場  
(青年会議所：アトラクション遊具など)  
花の苗などの販売 (希望学院)  
売店 (社交飲食協会)  
ニュースポーツ体験教室  
(中空知レクリエーション協会)  
ヨット・カヌー試乗 (海洋センター)  
消防煙体験 (消防署)  
市役所商工労働観光課ブース
- 12:30～ 花の苗無償配布

主催 / 緑あふれる公園都市推進市民会議

園都市計画係Tel 74-8752



「home」でメジャーデビュー  
「第59回 NHK 紅白歌合戦」初出場

**木山裕策**

演歌から最新ヒットソングまで歌う  
ものまねシンガー!

**SHINOBU**

北光公園で開催する場合のみ、当日の7:30に市役所裏側堤防で花火の打ち上げを行います(雨天時は花火の打ち上げは行いません)。

すながわ

5.1(金)～9.30(水)まで

# スイートスタンプラリー 2026

デジタルスタンプラリー開催中!  
砂川のお店を巡ってスタンプを集めて、抽選に応募しよう!

問すながわスイートロード協議会Tel 74-8384  
(商工労働観光課内)

<b>特別賞</b> 1名 スタンプ 60個以上 ・砂川市特産品セット ・スイーツ詰め合わせ ・40,000円分クーポン	<b>A賞</b> 3名 スタンプ 40個以上 ・砂川市特産品セット ・20,000円分クーポン	<b>B賞</b> 20名 スタンプ 25個以上 ・スイーツ詰め合わせ ・10,000円分クーポン
<b>C賞</b> 40名 スタンプ 15個以上 ・5,000円分クーポン	<b>D賞</b> 60名 スタンプ 10個以上 ・2,000円分クーポン	<b>スイートロード賞</b> 100名 スタンプ 5個以上 ・1,000円分クーポン



## 参加方法はこちら!

- QRコードを読み取り、無料アプリ「オアリパ+」をダウンロード!
- 画面下部にある「スタンプラリー」をタップし、「すながわスイートスタンプラリー2026」を選択
- 画面から参加店舗を選択し、「スタンプを獲得する」からQRコードを読み取るとスタンプを入手。ためて抽選に応募しよう!

## 電動自転車でスタンプ集めもおすすりめです!

問 SuBACo Tel 74-4885

市外の方を対象に SuBACo で電動自転車の無料貸し出しを行っています。サイクリングで砂川の魅力を探してみませんか?

- 期 間 10月31日(出まで)
- 貸出時間 9:00から貸し出し、16:00までに返却  
※ご利用の際は身分証明書の提示が必要です。
- 貸出場所 SuBACo (西1北2 まちなか交流施設すない内)  
※市内のみ利用可能 (予約優先)。



# 6月の集団健診（国保特定健診）

▶ 20歳以上の市国保加入者の方へ特定健診の受診案内を送付しています。下記の場合はご連絡ください。

- 案内文に受診日の記載がない方
- 胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診を受けない方（40歳以上の方にはがん検診を一緒にご案内しています）
- 日程や時間変更をご希望の方 ■ 乳がん、子宮頸がん検診をご希望の方

● **とき** 6月4日(木)～8日(月) ※土・日曜日も含む。  
※ 10月1日(木)～6日(火)にも実施します。詳細は後日、広報すながわでお知らせします。

6月5日(金)は  
**レディース健診日**

● **ところ** ふれあいセンター

● **対象（市国保加入者）**

・ 40歳～74歳の方（昭和27年4月1日～同62年3月31日生まれの方）  
（昭和26年4月1日～同27年3月31日生まれで、健診日時点で74歳の方）

・ 20歳～39歳の方【市独自健診】（昭和62年4月1日～平成19年3月31日生まれ）

※生活保護受給者（20歳～74歳）の方も健診を受けられますのでお問い合わせください。

※協会けんぽ加入のご家族（被扶養者）も市国保加入者と同じ日に健診を受診できます。対象の方にはすでに協会けんぽから案内と受診券が送付されていますので、料金などをご確認のうえ、お申し込みください。

● **受付時間**

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

● **定員** 各時間帯10人（先着）

● **申込** ふれあいセンターへ

● **健診内容・料金** 市国保加入者には胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診を半額助成しています（下記は助成後の金額）。

	20歳～39歳【市独自健診】	40歳～74歳	料金 (自己負担)	
<b>特定健診</b>	問診、診察、身体計測（身長・体重・腹囲）、血圧測定、尿検査（糖・たんぱく）、血液検査（脂質・肝機能・血糖値）		1,000円	
<b>追加項目</b>	クレアチニン、尿酸、eGFR（腎機能）、貧血、尿潜血、推定一日食塩摂取量	左記に加えて心電図、眼底検査		
<b>がん検診</b>	対象外 ※ピロリ菌検査のみ受診可能。	胃がん	3,740円	
		ピロリ菌検査（胃がん検診受診者でご希望の方）		
		肺がん（65歳以上は結核検診を兼ねる）		300円
		大腸がん		500円
	前立腺がん（50歳以上）	1,000円		
<b>レディース健診</b> 5日(金)のみ	乳がん（30歳以上）	【49歳以下】2方向撮影 【50歳以上】1方向撮影	1,300円 1,100円	
	子宮頸がん		1,000円	
	子宮超音波検査（子宮頸がん検診受診者でご希望の方）		1,540円	
<b>エキノコックス症検診</b>	市内に在住する砂川学園7年生またはそれに相当する中学生以上（5年に1回の受診） ※国保加入者以外の方も受診可能。		500円	



～毎年の健診で守る、あなたの健康と暮らし～

# 国保特定健診

すながわ健康ポイント対象事業

ふれあいセンター TEL 52-2000

特定健診は、自分の身体の状態を知り、生活習慣病を予防するための大切な機会です。「まだ若いから大丈夫」、「元気に過ごしているから…」と、思っているから、生活習慣病は自覚症状がないまま進むことがあります。健診を受けることで、血圧・血糖・コレステロールなどの変化が分かり、身体の状態を知ることが健康づくりの第一歩になります。ぜひこの機会に健診を受け、生活習慣病の予防に取り組んでいきましょう。



## 特定健診（集団健診）のメリット

### 1万円相当の健診が1,000円で受診できる

市の特定健診は、国が定める基本項目に加え、受診者全員が受けられる追加項目があります。  
追加項目：貧血検査、心電図、尿酸・腎機能（eGFR・クレアチニン）、尿潜血

### がん検診も一緒に受診できる

胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん・子宮頸がんの検診を特定健診と同日に受診でき、オプションとしてピロリ菌検査や子宮超音波検査もあります。1日で完結するため、何度も受診する手間を省けます。

### 眼底検査で血管の健康状態がわかる

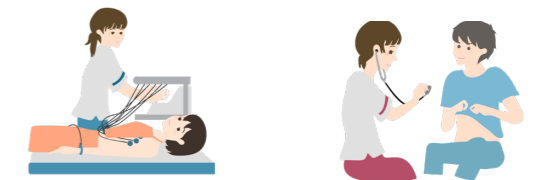
眼底検査は目だけではなく、血管の状態や動脈硬化の進行状態を推測できる重要な検査です。  
※40歳以上対象

### 推定一日食塩摂取量がわかる

塩分のとりすぎは、高血圧や腎臓病の原因になります。推定一日摂取量を知ることによって食生活を見直すきっかけになります。

### 健診後のサポートも充実

健診結果を基に、保健師・栄養士と一緒に生活を振り返り、改善についてアドバイスをします。必要に応じて、頸部エコー検査や糖負荷検査なども受けられます。



## 若年者生活習慣病予防健診を実施します！

すながわ健康ポイント対象事業

職場などで健康診断の機会がない被扶養者の方を対象に健康診査を実施します。市独自の詳細な検査項目があり、保健師、栄養士による健康相談も受けられます。この機会に自分の身体の状態を確認してみましょう。

- **対象** 20歳～39歳の市民（市国保以外の方）
- **実施期間** 令和9年3月まで
- **実施医療機関** 明円医院・細谷医院・いとう内科循環器科クリニック・砂川慈恵会病院・市立病院（1月～3月）
- **健診項目** 問診、診察、身体計測（身長・体重・腹囲）、血圧測定、尿検査（糖・たんぱく・潜血）、血液検査（脂質・肝機能・血糖値）、尿酸・腎機能（eGFR・クレアチニン）、貧血（赤血球・血色素・ヘマトクリット値）
- **自己負担額** 1,000円
- **受診方法** ①ふれあいセンターへ申し込み → ②ふれあいセンターからの案内を受領 → ③受診を希望する医療機関へ健診日時を予約 → ④ふれあいセンターより結果を通知

## 民生児童委員に相談してみませんか？

民生児童委員協議会（社会福祉係内）TEL 74-8103



5月12日は「民生委員・児童委員の日」です。皆さんの身近な相談相手となりサポートする「民生児童委員」は、誰もが安心した生活を送れるよう活動しています。お困りごとなどのご相談は、民生児童委員協議会へご連絡ください。

### 民生児童委員の役割

高齢者や障がいのある方の見守り、子育て世帯への支援などボランティアを行っています。ほかにも、月に一度の定例会や、イベントの手伝いなどの活動を行っています。



砂川市民生児童委員協議会 会長 早田 聡之

「つなぐ」使命を胸に、踏み出す新たな一歩

昨年12月の改選により、砂川市民生児童委員協議会の会長を拝命いたしました。皆さんは、民生児童委員と聞いてどのような印象をお持ちでしょうか。私たちは、行政や介護などの専門家ではありませんが、市民の皆さまに最も近い立場で声を受け止め、「行政」や「福祉・医療機関」へとつなぐことができる唯一無二の存在です。制度のはざまでごぼれ落ちそうなSOSを拾い上げ、適切な支援への橋渡しをする「つなぎ役」としての機能を果たすことが、委員に課せられた最大の使命であると確信しております。

近年は、少子高齢化が急速に進行し、高齢者の独居世帯の増加、地域社会のつながりが希薄化し、子育て世帯の孤立や児童虐待、さらにはヤングケアラーの問題など、支援を必要とする声はより複雑に、かつ見えにくいものへと変化しています。「どこに相談したら良いかわからない…」そんな時はぜひ、私たちにご相談ください。

## 高齢者等スマートフォン教室（第1期）

公民館 TEL 52-2339



これからスマートフォンを所有しようとしている方からある程度操作できる方まで、習熟度別にスマートフォン体験教室を開催します。毎日の生活に役立つ機能を学べる講座となっていますので、ぜひご参加ください！  
※定員を超えた場合は、新規受講者が優先となります。

初級編	<ul style="list-style-type: none"> <li>●とき 6月11日(休) 13:15～16:40(受付13:00～)</li> <li>●対象 これからスマートフォンを所有しようとしている主に高齢の方 ※貸し出し用スマートフォンがあります。また、すでにスマートフォンを利用して基本操作から学びたい方も申し込み可</li> <li>●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</li> </ul>	
中級編	<ul style="list-style-type: none"> <li>●とき 6月18日(休) 13:15～16:40(受付13:00～)</li> <li>●対象 スマートフォンを所有して間もない主に高齢の方</li> <li>●内容 電子メールの使い方、インターネットの注意点、楽しく便利な使い方、LINE(アプリ)の友だちの登録・トークの使い方</li> </ul>	
上級編	<ul style="list-style-type: none"> <li>●とき 6月25日(休) 13:15～16:40(受付13:00～)</li> <li>●対象 スマートフォンの基本操作を理解している主に高齢の方</li> <li>●内容 アプリの探し方・追加方法、キャッシュレス決済についての理解と活用、マイナポータルの使い方</li> </ul>	

- ところ 公民館1階 第2研修室
- 講師 (株)ドコモビジネスソリューションズ北海道支社
- 持ち物 筆記用具、スマートフォン(初級編は貸し出し可)

- 定員 各回10人  
※定員を超えた場合は抽選となります。
- 申込 5月7日(休)～21日(休)までに公民館へ  
※上記QRコードからも申し込み可。

## 犬の登録と狂犬病予防注射

環境衛生係 TEL 74-4769



狂犬病予防法により生後91日以上すべての飼い犬には、市への登録と毎年1回の予防注射が義務付けられていますので、忘れずに済ませてください。なお、昨年度まで実施していた「巡回による予防注射については、担当していた病院の閉院により、今年度は実施しません。」

### ★こんな時には環境衛生係へ届け出を★

- 犬を新しく飼ったとき(登録手数料3,000円を持参)
- 狂犬病予防注射をしたとき(注射済証と注射済票交付手数料550円を持参)
- 犬を飼っている所在地が変わったとき
- 他人に危害を加えたとき
- 飼い主の住所や氏名が変わったとき
- 犬が死亡したとき

※マイクロチップが入っていても転入などで住所変更などがあった場合は市役所に届出が必要となります。



### ★守ろうペットマナー★ 人とペットが幸せに暮らすために…

- ▶**ペットのフンは飼い主の責任です**  
道端にペットのフンが後始末されずに残されていることがあります。ペットの散歩に出かけるときはビニール袋を持ち、必ずフンを持ち帰るようお願いします。
- ▶**犬の放し飼いはやめましょう**  
運動のために一時的に犬を放す方がいます。慣れている犬でも他人に危害を加える場合がありますので、放し飼いはしないでください。  
また、年間を通じて野犬掃とうを行っています。首輪などでつながれていない犬はすべて野犬とみなし捕獲しますので、定期的に首輪などの点検を行ってください。

## 新婚さんの新生活を応援します！

子育て支援係 TEL 74-8369



新婚世帯を対象に、新居の住居費や引越し費用などの一部を助成します。

- 対象 次の条件をすべて満たす世帯
  - ・令和8年1月1日～同9年3月31日までの間に婚姻届を提出し、受理された日の年齢が夫婦共に39歳以下であること
  - ・令和8年1月1日～同9年3月31日までの間に、住居費および住宅リフォーム費の対象となる住居の住所に転入または転居の届出をしていること
  - ・前年の夫婦の所得を合算した金額が500万円未満であること  
※貸与型奨学金を返済している場合は、所得金額から奨学金の年間返済額を控除します
  - ・過去に結婚新生活支援事業補助金の交付を受けたことがないこと
  - ・申請時点において、夫婦共に納期限が到来している市税、使用料などの滞納がないこと
  - ・他の公的制度による家賃補助などを受けていないこと
  - ・夫婦共に子育てなどに関する講座を受講すること



- 補助金額
  - ・夫婦共に29歳以下の世帯：最大60万円
  - ・夫婦の一方または両方が30歳～39歳の世帯：最大30万円
- 申込 令和9年3月31日まで



お知らせ

エゾシカの駆除を行っています

エゾシカによる農業被害や交通事故を防ぐため、活発に活動する日の出の直後や日没の時間帯に、農地付近で駆除する場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

**区域** おおむね高速道路の東側の地域

**方法** 銃猟(ライフル銃や散弾銃による駆除)

**実施者** 北海道猟友会砂川支部 砂川部会

**山菜取りなどで野山に入るとき** エゾシカの駆除のため、猟友会会員も野山に入る場合があります。視認されやすい目立つ色の服装で入林しましょう。

圃農政係 74-84802

カヌー・ローボート無料体験

海洋センターでは、カヌー・ローボートの無料体験を行っています。

**開放期間** 5月7日(木)～9月30日(木) 10時～15時30分(最終受付15時)

●平日 団体利用のみ(要予約)

●日曜日 一般開放(予約不要、7月は土曜日も開放)

●休庫日 毎週月・土曜日

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 5月11日(月) 13時～15時

●ところ ふれあいセンター 圃ふれあいセンター  
TEL 52-20000

すながわ健康ポイントアプリ説明会

アプリで参加するための手順や操作について、説明会を実施します。

●とき 5月14日(木)、19日(火)、27日(水)、29日(金)

9時30分～15時30分までの間(11時30分～13時30分を除く)で1回あたり20分程度

※申し込み人数が多い場合は別の

申込 左記へ

圃海洋センター TEL 52-4809

屋外体育施設オープン

●開放施設 市営野球場、軟式野球場、北グラウンド、市営陸上競技場、市営テニスコート、市営日の出サッカールーム、日の出公園多目的広場

※テニスコートについては、市民の方を対象に無料パス券を発行しますので、身分証明書を持参のうえ、総合体育館へお越しください。

●申込 左記へ  
圃総合体育館 TEL 54-2175

子育て・教育

**1歳児パクパクひろば**

●とき 5月11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7年4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。

圃ふれあいセンター  
TEL 52-20000

後期高齢者健康診査

6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 6月1日(月)～10日(水)

●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 5月1日(金)～8日(金)までに左記へ  
圃ふれあいセンター  
TEL 52-20000



フッ素塗布

●とき 5月13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 5月12日(火)までに左記QRコードから申し込み  
圃ふれあいセンター  
TEL 52-20000



パママセルフケア「ボディメンテナンス講座」

子育て中の親同士で交流しながら、ボディメンテナンスでフレッシュしてみませんか？未就学児の託児もありませんので、お気軽にお申し込みください。

●とき 5月15日(金) 10時～11時30分

●ところ 公民館4階 大会議室

●講師 はりきゆうSHIN 河嶋聡美氏

●対象 乳幼児～小学生の子どもを持つ保護者

※夫婦での参加も、パパまたはママだけの参加も可能です。

●定員 10人

●託児 無料・定員10人(未就学児)

イベント

**砂川フォークダンス同好会 無料体験会**

経験問わず、どなたでも大歓迎!

●とき 5月18日(日)、25日(日)、6月1日(月)、8日(月) 13時～14時

●とき 5月21日(木)、28日(木)、6月4日(木)、11日(木) 18時～19時30分

●ところ 公民館4階 大会議室

●服装・持ち物 動きやすい服装、運動靴

圃砂川フォークダンス同好会 梅野  
TEL 090-6695-2216

アメニティ・タウンすながわ マラソン大会参加者募集!



緑あふれる砂川の自然を満喫しながら、心地よい汗を流してみませんか。

●とき 6月28日(日) 10:00～

●ところ 北海道子どもの国周辺

●種目 10km(高校生以上)、5km(7年生(中学生)以上)、3km(3年生～6年生)の各男女別、親子ペア3km(1年生～6年生とその親)

●参加料 9年生以下(小・中学生):1,500円、高校生以上:2,500円 親子ペア:3,000円

●申込 5月27日(木)まで

①所定の郵便振替用紙(申込書)に必要事項を記入し、最寄りの郵便局で払い込みまたは大会事務局(火曜日休館)まで  
※申込書は、総合体育館、海洋センター、公民館の窓口にあります

②右記QRコードから必要事項を入力し、クレジットカード払いまたはコンビニ払いを選択し申し込み

圃アメニティ・タウンすながわマラソン大会事務局(総合体育館内) TEL 54-2175



「春のあいさつ運動」強調週間 ～家庭・地域・学校であいさつの輪を広げよう!～

青少年の健全育成を目的に、平成12年にスタートした「あいさつ運動」は今年で27年目。各町内会や老人クラブなど、これまでに延べ65,000人の方々が参加しています。この活動の由来は、「いじめ問題懇談会」(平成7年～8年に開催)において、「いじめをなくし心豊かな子どもを育てる」ためのきっかけとなるよう「あいさつ運動」の推進が決定されたことに基づきます。元気なあいさつを響かせ、子どもたちを温かく見守り、心豊かな子どもを育みましょう。

●とき 5月12日(火)～14日(木) 朝の通学時間  
※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 市内の幼稚園や保育所(園)前、通学路や自宅前、各事業所や各家庭内

●貸出用具 のぼり、ポール、たすき、腕章など 圃あいさつ運動推進委員会(社会教育課内) TEL 74-8379



市内全世帯に配布される広報すながわに 広告を載せてみませんか?

広告主募集中

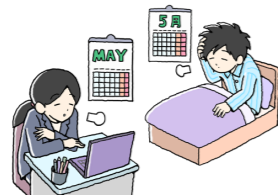
1号広告(縦45×87mm) = 5,230円  
2号広告(縦45×175mm) = 10,470円  
お問い合わせ 広報広聴係 TEL 74-8763

# 保健師のおはなし

## 新生活の疲れ、たまっていますか？

4月から新しい環境での生活が始まり、1か月ほどが過ぎました。少しずつ慣れてきた一方で、気付かないうちに疲れやストレスがたまっていく時期でもあります。

「なんとなくだるい」、「よく眠れない」といった心身の不調は、環境の変化によるストレスが影響している場合があります。こうした不調はいわゆる“五月病”とも呼ばれ、誰にでも起こりえるものです。不調を感じた場合は無理をせず、しっかりと休むことが大切です。日常生活の中でできるセルフケアとして次のようなことを意識してみましょう。



### Check! 五月病を予防するには

- ・朝に起きたらカーテンを開けて日光を浴びる
- ・軽い運動や散歩をする
- ・好きなことに時間を使う
- ・生活リズムを整え、食事と睡眠をしっかりとする



### ◎睡眠時間の目安◎

成人:6時間以上、中学・高校生:8～10時間、小学生:9～12時間

### 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)



関ふれあいセンター  
Tel 52-2000

## 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

### ▶老人クラブの新規会員を募集しています

老人クラブとは、地域の高齢者の方が自主的に集まって活動している組織で、市内在住のおおむね60歳以上の方で構成されています。健康づくりや地域貢献活動、趣味やレクリエーションなどさまざまな活動が行われており、楽しみながら会員同士の交流を深め、仲間づくりや生きがいがいくつりにつながっています。

随時、新規会員を募集しており、入会を希望する方には、市内で活動している老人クラブを紹介しますので、下記までご連絡ください。

関砂川市老人クラブ連合会(社会福祉協議会内) Tel 52-2588

### 5月の休日当番医・薬局

	一般診療	歯科診療	薬局(市内)
3(祝)			
4(祝)			
5(祝)	市立病院 Tel 54-2131		
6(休)			
10(日)		扇町歯科医院 Tel 24-3300 (滝川市扇町3丁目1-7)	オアシスファーマシー Tel 74-7107
17(日)	砂川慈恵会病院 Tel 54-2300	塚本歯科医院 Tel 23-2508 (滝川市栄町4丁目4番22号)	
24(日)	市立病院 Tel 54-2131	北竜町立歯科診療所 Tel 0164-34-2656 (北竜町字和2番地17)	
31(日)		多比良歯科医院 Tel 54-3510	
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

### 5月の定例行事予定

- ひだまりカフェ 19日(火) 13:30～
- 無料法律相談 1日(金) 13:00～ ※予約は前日まで。
- おはなしのいずみ 9日(土) 11:00～
- 赤ちゃんのおはなしばたけ 28日(木) 11:00～
- ゆう百歳体操 毎週月・木曜日 10:00～(4、7、11、14、18、21、25、28日) ※4、11、14、18、25日は11:00～
- 健康教室「ふまねっと運動」 27日(木) 10:00～
- いきいきひろば 15日(金)、25日(月) 10:00～
- 認知症を抱える家族の交流会 18日(月) 10:00～



市役所  図書館  ゆう  関ふれあいセンター

## 募集

### 交通安全指導員の募集

交通安全指導員は、住民や子どもたちの交通事故防止のためボランティアで活動しています。地域の交通安全のため、参加してみませんか。

●活動内容 市内での街頭啓発、交通安全運動への参加、市内で開催される各種行事やイベントでの交通指導

## 講座・講習

### がんの市民講座

すながわ健康ポイント対象事業

●とき 5月15日(金) 15時～16時 終了予定(開場14時30分)

●ところ 地域交流センターう 大ホール

●内容 中空知の医療連携を考える

●講師 ①砂川市立病院 看護師 館山愛華氏 ②砂川市立病院 放射線診断科一画像診断・画像下治療(IVR)センター 長高田延寿氏

●参加料 無料

●申込 不要

関市立病院がん相談支援センター  
Tel 54-2131

### 第57回砂川市民文化祭参加募集

砂川市を活動拠点として文化活動をしている団体の皆さんが日ごろの成果を披露する「砂川市民文化祭」を開催します。舞台発表や作品展示に参加しませんか？

第1回実行委員会を開催しますので、出場・出展をご希望の団体はご参加ください。

●とき 6月4日(木) 18時～

●ところ 公民館4階 大会議室

●申込 左記へ

### 黒瀬ラベンダー園ボランティアの募集

ラベンダーの苗植えや除草をしていただけるボランティアを募集しています。

●とき 5月23日(土)、6月13日(土)、7月4日(土)、8月22日(土)、9月5日(土) 10時～12時

●持ち物 軍手、帽子、汗拭きタオル、飲み物

●申込 左記へ

関砂川ラベンダー保存会  
Tel 080-1558712685



水道企業団

### 令和9年4月採用 中空知広域水道企業団職員採用試験

●募集職種 事務職員

●試験日 1次試験 6月7日(日) 2次試験 6月20日(土)

●申込 5月25日(月)まで

※受験資格や提出書類などは中空知広域水道企業団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 53-3840

## ご寄付に感謝します

※受付順

- ★ベンチ2脚 すないる利用者用
  - ★絵本 20冊 図書館蔵書用
  - ★木工桶 2枚 豊沼小学校の開校記念品
  - ★現金 60万円(企業版ふるさと納税)
  - ★鉛筆 840本 砂川学園新入学児童用
  - ★ヘアドライヤー 2台 市立病院産婦人科病棟用
- 砂川ジャリンバ代表 信太英樹 様  
北海道三井化学株式会社 代表取締役社長 安藤和徳 様  
株式会社マルハン新砂川店 店長 加藤雄太 様  
瓜秀彬 様 瓜すみれ 様



instagram

写真募集中!

“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!



sunagawa\_photo

ハッシュタグ「#suna  
 ピース」をつけて、  
 写真をインスタ  
 グラムに投稿!



広報すながわに掲  
 載される  
 かも!



入学おめでとうございます!



投稿者：広報広聴係

## 新しい地域おこし協力隊を紹介します



はろだ しゅうへい  
**原田 修平** 商工労働観光課所属

出身は北見市で、学生時代はソフトテニスに取り組んでいました。砂川市に  
 来てからは、毎朝遊水地でランニングしています!

協力隊の活動では、主にSUP やワカサギ釣り、トレッキングなどアウトド  
 アのイベントの企画や運営を通して、商店街の活性化を目指していきたいで  
 す。また、将来的には砂川市を起点にしたアウトドアアクティビティーを企画  
 し、観光客の呼び込みを図りたいと思っています。

まだまだ勉強不足ですが、これからの活動を通して地域の人やモノとつなが  
 っていきたくです。どうぞよろしくお願いいたします!

イベントでの活動の様子



Instagramで活動の様子を  
 投稿しています。ぜひフォロー  
 してください!



**編集後記**  
 ▼最近、なぜかいつ  
 も時間が足りない!  
 という感覚がありま  
 す▼原因はたぶんま  
 マホの見過ぎ▼1日  
 のスクリーンタイム  
 を確認してみると、  
 平日は3〜4時間、  
 休日は5〜6時間と  
 いう恐ろしい数字が  
 出ました▼アプリの  
 制限時間を設定する  
 も、数日経つと解除  
 してしまうという何  
 の意味もない結果に  
 ▼何か良い対策はな  
 いでしょうか…  
 (丸)



←広報紙について皆さんのご意見をお待ちしています。

## 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



問広報広聴係 Tel. 74-8763