

Public Relations Kamisunagawa



広報
No.879

かみすながわ

2025年
8

～ちいさいマチのでっかい魅力。～



CONTENTS

- 参議院議員通常選挙結果
- 町議会の動き(令和7年第5回臨時会 7月15日)
- 定額減税補足給付金(不足額給付)のお知らせ
- 「第23回仮装盆踊り花火大会」開催のお知らせ
- かみすながわぐるっと紅葉マラニック開催のお知らせ
- 上砂川町敬老会のお知らせ
- 第1回ケアサポーター養成講座のご案内
- 高校等就学費助成事業について

など

今月の表紙「令和7年上砂川消防演習」

6月15日(日)に上砂川支署で開催され、分列行進や小隊訓練、ポンプ車操法等、日頃の訓練の成果を披露しました。

2025年6月末現在

人 口	2,298 (－ 6)	男	1,077 (－ 3)
世 帯	1,461 (－ 2)	女	1,221 (－ 3)

参議院議員通常選挙

上砂川町選挙結果 令和7年7月20日執行

上砂川町では、全町6箇所の投票所で午前7時から午後7時まで投票が行われ、即日開票されました。
上砂川町の投票率等は下記の通りです。

参議院議員通常選挙投票結果

投票区	当日有権者数(人)			投票者総数(人)			棄権者数(人)			投票率(%)			前回投票率(%)		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計
下 鶴	231	309	540	150	190	340	81	119	200	64.94	61.49	62.96	58.75	59.71	59.30
鶴 本 町	87	106	193	62	76	138	25	30	55	71.26	71.70	71.50	70.71	65.25	67.74
緑が丘・鶴	185	214	399	114	113	227	71	101	172	61.62	52.80	56.89	57.27	56.11	56.65
東 鶴	138	164	302	83	103	186	55	61	116	60.14	62.80	61.59	60.54	59.79	60.12
中 央	162	178	340	103	105	208	59	73	132	63.58	58.99	61.18	59.12	58.03	58.56
朝駒・本町・ 中町・東山	162	175	337	100	102	202	62	73	135	61.73	58.29	59.94	62.07	55.98	58.75
在 外 投 票	2	2	4	0	0	0	2	2	4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
合 計	967	1,148	2,115	612	689	1,301	355	459	814	63.29	60.02	61.51	60.26	58.57	59.33

選挙区選出 候補者別得票数

候補者氏名	政党名	得票数
高橋 はるみ	自由民主党	367
田中 よしひと	参政党	107
小野寺 まさる	日本保守党	38
後藤 朋子	NHK党	10
宮内 しおり	日本共産党	89
岩本 剛人	自由民主党	151
稲原 むねよし	チームみらい	6
鈴木 まさき	国民民主党	111
勝部 けんじ	立憲民主党	283
オカダ 美輪子	日本維新の会	11
高杉 やすじ	日本改革党	8
のむらバターン 和 孝	れいわ新選組	72

※候補者氏名及び政党等名称は届け出順で掲載

比例代表選出 政党・候補者得票数

政党名	得票数
日本共産党	99.000
日本維新の会	15.000
無所属連合	7.000
日本保守党	39.000
立憲民主党	263.653
参政党	79.000
国民民主党	75.346
チームみらい	12.000
日本誠真会	2.000
社会民主党	25.000
れいわ新選組	121.000
日本改革党	1.000
自由民主党	290.000
再生の道	4.000
公明党	196.000
NHK党	7.000

左のうち候補者別得票数

候補者氏名	政党名	得票数
岸 まきこ	立憲民主党	37
いんどう周作	自由民主党	48
けんざか 茂範	自由民主党	17
鈴木 宗男	自由民主党	14
佐々木 まさふみ	公明党	98

※候補者多数のため、10票以上得票した候補者のみ記載



明るい選挙キャラクター
「選挙のめいすいくん」

令和7年第5回臨時会が7月15日(火)に議事堂で開催され、以下の内容について提案し、すべて可決されました。

■議案第29号【令和7年度上砂川町一般会計補正予算(第2号)について】

1,230万円を追加補正し、予算総額を35億990万円とする提案です。(主な内容は定額減税補足給付事業費および公立学校情報機器整備事業費です)

定額減税補足給付金(不足額給付)のお知らせ

令和6年度に実施した定額減税補足給付金(当初調整給付)の支給額に不足額が生じた場合に、下記の対象者に追加の給付を行います。

■支給対象者および支給額

令和7年1月1日時点において上砂川町に住民登録がある方で、次の事項により定額減税並びに当初調整給付の支給額に不足が生じる方。

- ・不足額給付1 本来給付すべき所要額と定額減税補足給付金額との間で差額が生じた方。
不足する額を1万円単位で支給
- ・不足額給付2 本人および扶養親族等として定額減税対象外であり、かつ低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった方。
(例：青色事業専従者・事業専従者(白色)の方、合計所得金額48万円超えの方)
一人当たり原則4万円

■申請方法・支給時期

令和7年8月中旬以降、給付対象者の方へ案内文書を順次送付し、令和7年8月下旬以降に支給開始予定です。

■申請期限

令和7年10月31日(金)当日消印有効

■問合せ先

福祉課福祉係(☎62-2222)

給付金を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の搾取」にご注意ください！！

消防水利草刈りへのご協力ありがとうございます。

消防では、消防水利と呼ばれる消火栓や防火水槽の草刈り作業を職員にて行っております。消防水利は火災時に重要な水源ですので、有効に活用するため定期的に点検管理をしなければなりません。

町内を巡回すると付近住民の皆さんのご協力により、既に草刈りを実施していただいている場所が多くあります。日頃より消防水利の維持管理にご協力いただき、誠にありがとうございます。消防職員一同、心より感謝申し上げます。

まだまだ暑さが続きますので、くれぐれもご無理なさらず消防行政にお力添えいただけますと幸いです。

■問合せ先 砂川消防署上砂川支署消防係(☎62-2021)

第23回仮装盆踊り花火大会 開催のお知らせ

■問合先・申込先 実行委員会(上砂川商工会議所) ☎62-2410

上砂川のお盆の定番イベント「第23回仮装盆踊り花火大会」が開催されます。

今年も滝川しぶき太鼓の演奏から始まり、獅子神楽・ダンスの披露。毎年恒例の「子ども盆踊り」、踊り手の熱気が伝わる「仮装盆踊り」、音と花火のコラボレーションで夏の夜空を彩る「花火大会」が行われますので、ご家族・ご友人お誘い合わせの上、ぜひお越しください。

■と き 8月13日(水)午後3時～午後9時(荒天時は14日に開催)

■ところ 旧JR上砂川駅裏 買物駐車場

内容・タイムスケジュール

午後3:00～	ビールパーティ開始
3:10～3:25	滝川しぶき太鼓
3:25～3:45	上砂川獅子神楽
3:45～4:55	ゲーム
5:00～5:30	ダンスパフォーマンス
5:30～6:00	子ども盆踊り
6:00～6:15	会頭・町長あいさつ
6:15～7:25	仮装盆踊り大会
7:25～7:45	仮装審査発表・表彰式
7:45～8:05	ビール券抽選会
8:05～8:15	記念花火打ち上げ
8:15～9:00	花火大会

※天候や進行等により、時間が変更になる場合があります

1杯500円のビールが、
3杯も飲めて抽選券もついている
お得な前売り券を1,300円で絶賛
販売中！(当日券は1,500円で販売します。)

町長賞の千円札のつかみ取り、ガソリン券1万円
分や灯油券1万円分など豪華景品を用意してい
ます。

子ども盆踊り

輪に加わって踊ると参加賞がもらえます
(小さい子は、大人と一緒に踊ってください)



仮装盆踊り 当日参加申込OK！！

団体最優秀賞 50,000円相当の景品
(団体の申込みは5名以上)

個人最優秀賞 20,000円相当の景品

ゲーム大会(大ビンゴ大会)

目玉景品の500円玉の掴み取
りや100円玉の掴み取り、その他
にもたくさんの景品を用意して
います。



飲んだら乗るな！
乗るなら飲むな！

飲酒運転撲滅に
ご協力を！

「第3回かみすながわぐるっと紅葉マラニック」開催のご案内

10月11日(土)、「第3回かみすながわぐるっと紅葉マラニック」を開催いたします！

マラニックとは、地域の景色を楽しみながら、美味しいものを味わい、のんびり決められたコースを走るイベントです。北海道で最も面積が小さな上砂川町を、紅葉を堪能しながらぐるっと一周し、美しい自然と地元の特産品を満喫した後は、温泉でゆっくりとリフレッシュできます。

参加特典もご用意しておりますので、ぜひたくさんのご参加をお待ちしております！

ゲストランナー(予定)

北海道日本ハムファイターズ
スペシャルアドバイザー
学校法人田中学園 理事長
田中 賢介 氏



■開催日 10月11日(土) 午前9時スタート

■コース・参加費 それぞれのコースには、町民割引があります！

○ロングコース(約23km)パンケの湯→下鶴地区→市街地→パンケの湯

・参加費：高校生以上 5,000円、小中学生 4,000円、未就学児 無料

→町民割引：高校生以上 4,000円、小中学生 3,000円

・定員 100名

○ショートコース(約13km)パンケの湯→市街地→パンケの湯

・参加費：高校生以上 4,000円、小中学生 3,000円、未就学児 無料 (町公式LINEへ遷移します。)

→町民割引：高校生以上 3,000円、小中学生 2,000円

・定員 100名 ※一部ロングコースのエイドポイントで提供する食事を楽しめます。

○ファミリーコース(約7km)パンケの湯→パークゴルフ場→炭鉱館→パンケの湯

・参加費：高校生以上 4,000円、小中学生 3,000円、未就学児 無料

→町民割引：高校生以上 3,000円、小中学生 2,000円

・定員 50名 ※一部ショートコースのエイドポイントで提供する食事を楽しめます。

■エイドポイント(コース途中の休憩所)

各コースのエイドポイントでは、飲み物や食べ物を提供いたします。

・ロングコース：9か所 ・ショートコース：5か所 ・ファミリーコース：3か所程度

■参加特典

・開催第3回を記念したTシャツをプレゼント(100cm、110cm、120cm、130cm、140cm、150cm、160cm、S、M、L、XLから申込時にサイズを選択していただきます。)

※未就学児でTシャツを希望される場合は、参加費1,000円をお支払いいただきます。

・パンケの湯の入浴券をプレゼント(当日のみ有効)

■申し込み方法

・町民の方は、かみすながわマラニック実行委員会(事務局：上砂川町役場企画課)(☎62-2223)に直接お申込みいただくか、町公式LINEよりお申込みをお願いします。(上記二次元コードよりお申込みいただけます。)

・本人の都合で不参加となった場合、参加費は返金できません。

■申し込み期間

・7月7日(月)～9月1日(月)

※定員になり次第申込みの受付を終了します。

当日は、他市町村からも多くの参加者が訪れる予定です。

大会に参加されない方も、ぜひ沿道で温かい声援をお願いします！



応募はこちらから

(町公式LINEへ遷移します。)

働く皆様に安心を。



で退職金。

「中退共」は中小企業のための
国の退職金制度です。

① 国の退職金制度！

掛金の一部を国が助成します。

② 外部積立型でラクラク管理！

管理や運用の手間がかかりません。

③ 掛金は全額非課税でオトク！

節税に加え、手数料もかかりません。

● パートタイマーさんも
ご加入いただけます。

● 他の退職金・企業年金制度等
との資産移換も可能です。



詳しくはホームページ
をご覧ください。

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

上砂川町敬老会のお知らせ

町では、社会や町の発展に寄与された高齢者の皆様に感謝と敬意を表し、併せて長寿をお祝いするため、下記のとおり敬老会を開催いたします。

対象の方には、8月初旬に往復ハガキでご案内し、出欠を確認させていただきますので、ハガキに記載の返送期日までに福祉課福祉係へ返送してください。

- と き 9月12日(金) 午前10時30分
- と ころ 上砂川町民センター2階
※昨年度は体育センターでしたが、今年度は会場が変更となります。
- 対 象 者 75歳以上の方(今年中に75歳になる方も含む)
- 送迎バス 下鶉、鶉本町、緑が丘、鶉、東鶉、朝駒、本町、中町、東山地区にお住まいの方は、送迎バスが運行されますので、ご利用ください。
- 問 合 先 福祉課福祉係(☎62-2222)

☆子宮がん・乳がん検診バスツアーのお知らせ

- と き 9月6日(土) 午前7時30分頃出発予定(午後2時帰町予定)
- と ころ 北海道対がん協会 札幌がん検診センター(札幌市)
- 対 象 者 子宮がん…20歳以上の女性 乳がん…30歳以上の女性
- 定 員 18人
- 申込期間 8月1日(金)～15日(金) ※土日祝を除く
- 検診料金 子宮がん検診…頸部細胞診 500円、体部細胞診 500円(不正出血等自覚症状のある方のみ)、HPV検査 1,000円、経膈エコー 1,000円
乳がん検診……マンモグラフィ検査 500円、乳房エコー検査 1,000円(30～40歳代)

※生活保護世帯の方、町民税非課税世帯の方は、経膈エコー、乳房エコー検査以外の検診料金が免除されますので、申込時にお申し出ください。

※上記検診の他に、内臓脂肪測定(3,410円)、肺がん検診(CT)(12,650円)、骨検診(2,200円)も一緒に受診することができますので、希望される方はお申し出ください。(検診料金の免除はありません。)

※無料送迎バスを利用し、役場前と札幌がん検診センター間を送迎いたします。

- 申込・問合先 健康推進課健康係(☎62-2014)

「健脚長寿を目指そう！」～第1回ケアサポーター養成講座のご案内

身近な病院から今までにも何度か来町し、個別相談や講話をしてくださっているリハビリ職の講師をお招きし、「介護を遠ざける身体づくり」と「杖などの歩行補助用具の上手な使い方」についてのお話と実技を予定しています。ケアサポーター(ボランティア)活動をする・しないにかかわらず、気になったあなたはぜひ！ご来場ください。

- と き 9月5日(金)午後1時30分～3時
- と ころ 上砂川町民センター
- 講 師 砂川市立病院 理学療法士 木下 伸大氏
- 内 容 講演「健脚長寿を目指そう！」
- 対 象 一般の方、ケアサポーター等
- 参加料 無料
- 送 迎 町内巡回バスが送迎します。詳しくは、下記 問合先まで
- 特 典 今年度全5回の養成講座皆勤賞の方に景品をプレゼントします
- 申込期限 8月22日(金)
- 申込・問合先 健康推進課健康係(☎62-2014)

涼みどころの開設について

町では、涼みどころとして下記施設を開設しています。熱中症予防や外出時の休憩所として立ち寄りが可能ですので、ぜひご利用ください。

※町内各郵便局様にもご協力いただけることとなりました。

■開設日 9月末までの以下に該当する場合

・概ね気温が28℃以上のとき

・熱中症警戒アラート発令時

■開設時間 午前10時～午後3時

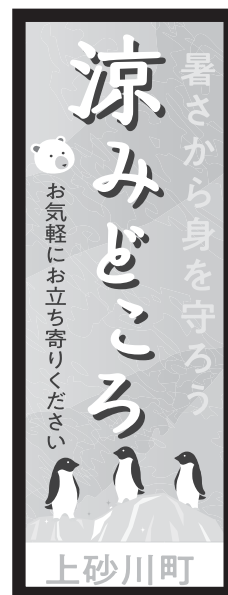
町内14か所で開設中

- | | | |
|------------|-------------|---------|
| ・まちの駅ふらっと | ・下鶴生活館 | ・中央集会所 |
| ・町民センター | ・鶴本町生活館 | ・朝駒集会所 |
| ・産業活性化センター | ・鶴若葉生活館 | ・緑が丘集会所 |
| ・東山高齢者住宅 | ・中央ふれあいセンター | ・上砂川郵便局 |
| ・上砂川炭山郵便局 | ・上砂川鶴郵便局 | |

※施設の開館中のみ利用できます。

行事開催中は、行事が優先となる場合がありますのでご了承ください。

■問 合 先 企画課企画振興係(☎62-2223)



地域おこし協力隊 吉田隊員による

「手仕事の会」の開催について

「かみすながわ生活マルシェ」で、毎月恒例となっている「手仕事の会」が仮装盆踊り花火大会の会場で出張体験教室を開催します！

■テ ー マ 3本足ミニチュアスツール作り体験

※参加状況等により変更する可能性があります。

■会 場 旧上砂川駅裏駐車場

■日 時 8月13日(水) 午後3時～6時

■定 員 先着30名

■申込方法 当日受付のみ(午後3時より整理券配布)

■対 象 者 小学生以上(町外の方もご参加いただけます)

■体 験 料 無料

■問 合 先 まちの駅ふらっと 担当 吉田(☎74-6400)



地域おこし協力隊 谷口隊員と集落支援員 ロビン支援員による

「えいごでサイエンス」の開催について

楽しく英語を使って理科実験をするサマーイベントを開催しますので、ぜひご参加ください！

■日 時 8月16日(土) 小学1～3年生：午前10時～11時20分
小学4～6年生：午後1時30分～2時50分

■会 場 まちの駅ふらっと

■定 員 各回8人まで ※申込多数の場合は抽選とさせていただきます。

■申込期日 8月5日(火) ※参加可否については8月6日(水)にメールにてご連絡いたします。

■問 合 先 まちの駅ふらっと 担当 谷口
電話(☎74-6400)
メール(kamisunakidspro@gmail.com)



申込用二次元コード



令和 7 年度の介護保険料をご確認ください

8月中旬に「令和 7 年度介護保険料決定のお知らせ」を送付いたします

介護保険制度は、国、道及び広域連合（市町）が負担する「公費」と、皆さんが納める「介護保険料」を財源として運営しています。

介護保険料の額は、皆さんが住み慣れたまちで、いつまでも安心して暮らせるよう、介護保険サービスがどれくらい必要になるのかを見込んだ上で介護保険事業計画を策定し、決定しています。

介護保険料基準額：年額 65,400 円（月額 5,450 円）

所得段階	対象者	算定基準	年間保険料額
第 1 段階	・生活保護を受けている方 ・世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金を受けている方、または前年の課税年金収入額＋その他の合計所得金額が 80.9 万円以下の方	基準額×0.285	18,639 円
第 2 段階	・世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額＋その他の合計所得金額が 120 万円以下の方	基準額×0.485	31,719 円
第 3 段階	・世帯全員が住民税非課税の方（第 1、2 段階以外の方）	基準額×0.685	44,799 円
第 4 段階	・本人は住民税非課税だが、世帯の誰かに住民税が課税されていて、前年の課税年金収入額＋その他の合計所得金額が 80.9 万円以下の方	基準額×0.9	58,860 円
第 5 段階	・本人は住民税非課税だが、世帯の誰かに住民税が課税されている方（第 4 段階以外の方）	基準額	65,400 円
第 6 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 120 万円未満の方	基準額×1.2	78,480 円
第 7 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 120 万円以上 210 万円未満の方	基準額×1.3	85,020 円
第 8 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 210 万円以上 320 万円未満の方	基準額×1.5	98,100 円
第 9 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 320 万円以上 420 万円未満の方	基準額×1.7	111,180 円
第 10 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 420 万円以上 520 万円未満の方	基準額×1.9	124,260 円
第 11 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 520 万円以上 620 万円未満の方	基準額×2.1	137,340 円
第 12 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 620 万円以上 720 万円未満の方	基準額×2.3	150,420 円
第 13 段階	・本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が 720 万円以上の方	基準額×2.4	156,960 円

◎所得の申告をお忘れなく

空知中部広域連合では介護保険法に基づき、構成市町から皆さんの所得情報を得て、本人及び世帯員の市町村民税の課税状況と所得等を基に介護保険料を算定しています。所得が未申告ですと正しい介護保険料の算定ができません。未申告の方は、お住まいの市町村民税窓口で所得申告をお願いします。

◎介護保険料が未納だと・・・

介護保険料の納め忘れがあると、未納期間に応じて、介護サービスを利用しようとするときに給付に制限を受けます。必ず納期限内に納めてください。

【問い合わせ】 空知中部広域連合事務局介護保険係（Tel66-2152）

児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況届を忘れずに！

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている方が、引き続き手当を受ける資格があるかどうかを確認するため、8月1日現在の状況を記載し、提出していただきます。必要書類につきましては、子育て支援係より発送しておりますのでご確認ください。

この届出がないと、8月以降の各種手当が受けられなくなりますので、必ず期間内に提出してください。

◇受付期間 児童扶養手当現況届 8月1日(金)～8月29日(金)
特別児童扶養手当所得状況届 8月12日(火)～9月11日(木)

※いずれも、受給条件がありますので、現在給付を受けていない方はご相談ください。

〈各種手当の説明〉

1. 児童扶養手当とは・・・

■目的 父または母の一方からしか養育を受けられないひとり親家庭などの児童のために手当を支給。

■支給要件

次のいずれかに該当する児童(18歳に達してから最初の3月31日まで。ただし、児童が中程度以上の障害を有する場合は20歳未満まで。)の父または母もしくは養育者

- ① 父または母が婚姻(事実婚含む)を解消 ② 父または母が死亡
- ③ 父または母が重度の障害(国民年金1級程度) ④ 父または母の生死が不明
- ⑤ 父または母に引き続き1年以上遺棄されている ⑥ 父または母が引き続き1年以上拘禁
- ⑦ 父または母が裁判所からDV(ドメスティックバイオレンス)保護命令を受けた
- ⑧ 父または母の婚姻によらず出生 ⑨ 父または母共に不明

■支給額(令和7年4月～)

児童数	全部支給	一部支給
児童1人目	46,690円	46,680円～11,010円
児童2人目以降	11,030円	11,020円～5,520円

■制限 ①児童が児童福祉施設等に入所、または里親に預けられたときは受給不可。

②受給資格者の所得が政令で定める額以上の時は一部または全額が支給停止。

■支給時期 1・3・5・7・9・11月の年6回

2. 特別児童扶養手当とは・・・

療育手帳A判定(一部B判定)、身体障害者手帳1～3級(一部4級)程度の精神または身体に障害がある20歳未満の児童を養育している方に支給される手当です。

■届出・問合せ 健康推進課子育て支援係(☎62-2014)

かみすながわきっずインフォ



健康推進課子育て支援係は子育てに関する総合支援窓口です。
お気軽にお問い合わせください。(☎62-2014)



無料お習字教室

- と き 8月2日、23日、30日
※いずれも土曜日
午前10時～11時
 - ところ 上砂川町児童館ホール
 - 対 象 小学3～6年生
 - 持ち物 習字セット、新聞紙、タオル
 - 講 師 松原 純 先生
 - 申 込 各日3日前までに認定こども園ふたば(☎62-4254)へご連絡ください。
- ※都合により開催日時が変更となる場合がございます。

☀おひさまルーム☀

～ アロマオイルで飾りとバスボムを作ってみよう！ ～

- と き 8月26日(火) 午前10時～11時
- ところ 認定こども園ふたば
- 対 象 乳幼児の親子(祖父母も参加可能)
- 内 容 講師にをお招きして、アロマオイルを使った飾りとバスボムを作ります。お子さんはスタッフが託児いたします。
- 持ち物 水筒(幼児のみ)
- 申 込 準備の都合上、8月21日(木)までに認定こども園ふたば(☎62-4254)へご連絡ください。

保育教諭による育児相談

土日祝日を除く毎日、保育教諭による育児相談を行っています。電話での相談も可能ですので、ぜひご利用ください。

来園する場合は、電話での事前予約をお願いします。

- 相談時間 平日午後3時～4時30分
- と ころ 認定こども園ふたば(☎62-4254)

きっずとママのもしもしコーナー

- と き 8月28日(木) 午後1時30分～4時
 - ところ 町民センター
 - 内 容 身長・体重測定、離乳食に関する相談
 - 持ち物 母子手帳、バスタオル
- ※利用される方は、2日前までに健康推進課健康係(☎62-2014)に予約をお願いします。(受付は午後3時30分まで)

「こどもの人権相談」強化週間のお知らせ ～聞かせてほしい あなたの気持ち～

法務局では、こどもの人権についての専用相談電話「こどもの人権110番」を設置しているほか、SNS(LINE)による人権相談も受け付けています。いじめや虐待など、こどもの人権に関する悩みをご相談ください。

なお、令和7年8月27日(水)から9月2日(火)までは、「全国一斉『こどもの人権相談』強化週間」です。期間中は、平日の受付時間を延長して、土日に対応します。

こどもの人権110番 0120-007-110 (全国共通・通話料無料)



人権イメージキャラクター
人KENまる君



人権イメージキャラクター
人KENあゆみちゃん

■平日の受付時間：午前8時30分～午後5時15分(年末年始を除く)

■強化週間中の受付時間

8月27日(水)～8月29日(金)、9月1日(月)～9月2日(火) 午前8時30分～午後7時
8月30日(土)、8月31日(日) 午前10時～午後5時

高校等就学費助成事業(上半期)について

町では、高校等に在学する生徒の保護者の経済的な負担の軽減を目的に、就学費の一部(上半期60,000円、下半期60,000円)を助成します。

※本年度より助成額が増額となります。

該当する年齢の子のいるご家庭に対し、8月中旬に上半期分申請に係る関係書類を送付いたしますので、申請書に必要事項を記載のうえ、在学証明書と併せて教育委員会学務係まで提出願います。

※在学証明書は申請日において1か月以内に発行されたもの

なお、該当するご家庭であるにも関わらず、申請書が送付されない場合は、お手数ですが教育委員会学務係までお問い合わせください。

■次の条件を満たすご家庭が対象となります

- ①現在、学校教育法に規定する高等学校(通常の高校、特別支援学校高等部、高等専門学校第3学年まで)に通学する生徒の保護者で町内に住所を有する方
- ②生活保護を受けていないご家庭
- ③町税及び使用料等を滞納していないご家庭

■申請書提出締切 9月12日(金) 午後5時必着(郵送可)

■提出先・問合せ 〒073-0292 上砂川町字上砂川町40番地10

上砂川町教育委員会学務係(役場2階) (☎62-2881)



町民センター図書室だより



おすすめ絵本・児童書

◆まてないの

作：ヨシタケシンスケ



出版社：金の星社

ずーっとずっと、わたしはわたし！あかちゃんから、おばあちゃんまで。まてない人の、まてない絵本。ヨシタケシンスケが描く、せっかち人生応援歌！発想絵本！？ユーモア絵本！？あなたの人生にエールを贈ります！

- | | |
|------------------|----------|
| ◆パンダおやすみたいそう | いりやまさとし |
| ◆ねこはわたしのまねばかり | クオン・ユンドク |
| ◆ジャン＝ピエール7つの海をゆく | みくりエイティブ |
| ◆ぼくのペンギンはどこ？ | サム・アッシャー |

おすすめ一般書

◆署長サスペクション

著者：今野敏



出版社：講談社

- | | |
|-----------------|--------|
| ◆猫の刻参り | 宮部みゆき |
| ◆京屋の女房 | 梶よう子 |
| ◆風読みの彼女 | 宇山佳佑 |
| ◆温泉小説 | 朝比奈あすか |
| ◆夜明けを待つ | 佐々涼子 |
| ◆さまよえる古道具屋の物語 | 柴田よしき |
| ◆風待荘へようこそ | 近藤史恵 |
| ◆初瀬屋の客 | 西條奈加 |
| ◆テレビプロデューサー | |
| ひそひそ日記 | 北慎二 |
| ◆13歳からの経営の教科書 | 岩尾俊兵 |
| ◆もじゃもじゃドライブ！ | おくやまゆか |
| ◆ひとり旅でみつけた小さな幸せ | 有川真由美 |
| ◆お医者さんが薦めるおいしい | |
| 減塩レシピ | 大塚亮 |

「第173回 芥川賞&直木賞」特集

暑い日が続く8月ですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

8月は、「芥川賞・直木賞」の特集を行っています。今年も受賞作を決める選考会が7月16日に行われました。図書室では受賞作品はもちろん、候補作も並べていますので、気になった本があったら借りて読んでみて下さいね！

また、夏休み中の小学生や中学生向けの本も展示していますので、お近くにお越しの際は、是非、町民センター図書室にお立ち寄り下さい。

- | | | | |
|-----------|----------------|------|---------------------|
| ●開室時間 | 午前9時～午後9時 | ●問合せ | 町民センター図書室(☎62-5225) |
| ●今月のお休みの日 | 4日・11日・18日・25日 | | |



まちの話題

6月5日～24日 ポールウォーキング



6月5日～24日の期間で、町内6地区のポールウォーキング団体に向けた講習会が行われました。

6月18日 絵本わくわくキャラバン



コープさっぽろ絵本わくわくキャラバンが行われ、プロジェクターを使った絵本の読み聞かせやクイズ、トドックとのダンスを楽しみました。

6月27日 上砂川町戦没者追悼式



町民センターにて、上砂川町戦没者追悼式が行われました。

6月16日
中央小学校4年生 奥沢浄水場見学



水の大切さと水道水を造る浄水場の重要性を学ぶため、取水から浄水の工程を見学しました。初めて見る浄水場に興味津々で、疑問点を積極的に質問していました。

6月23日 きっずキッズクッキング



中央小学校の家庭科室で小学生と食育サポーターで野菜たっぷりのジューシーな手作り餃子とびっくりフルーツポンチを作りました。

7月1日 チームオレンジ設立研修



ほっかいどう希望大使(認知症本人大使)の松本健太郎氏らから「チームオレンジ設立」に向けた講演が行われ、地域の事業所や金融機関、町民等76人の参加がありました。

7月4日・14日 中央小学校 企業見学会



中央小学校の2年生10名と、3年生7名がそれぞれ、㈱ロボットシステムズを訪れ、実際の産業ロボットを操作する等、楽しんで見学していました。人手不足等に対応するため、企業が取り組んでいることについて学びました。

7月14日・22日 夏の交通安全運動～旗の波運動～



中央ふれあいセンター前で、7月14日に「建設業協会」、22日に「各町老人クラブ」にご協力いただき交通安全運動が実施されました。

全国道場少年剣道大会出場！！ 高松 佑榛さん



7月29日に日本武道館で開催される、第59回全国道場少年剣道大会小学生団体に出場する、「砂川錬心会」所属の高松佑榛さん(中央小学校6年生)が7月8日に上砂川町役場を訪問されました。

全空知大会で、団体戦優勝と個人3位、全道大会では敗者復活戦により団体で全国大会の切符を手に入れました。

高松さんは「初めての全国大会、1回でも多く勝てるように頑張りますので応援よろしくお願いします。」と決意表明されました。



文化協会視察旅行 (いきいき大学)

場所 札幌市水道記念館

参加料 無料

スケジュール

09:00	町内各停留所発	
11:30	とんでん川沿店で昼食	
12:30	とんでん川沿店	出発
13:00	札幌市水道記念館	到着
15:00	札幌市水道記念館	出発
17:00	町内各停留所着	
※上砂川町から札幌市の間で トイレ休憩あり		

実施日

9月23日 (火・祝)

申し込み方法

町民センターへ電話か
直接申し込み

電話番号 0125-62-5225

開館日 火～日曜日

午前9時～午後9時

締め切り 9月12日(金)

主催 上砂川町教育委員会

町民芸術鑑賞のご案内

今年度の町民芸術鑑賞は、昨年好評いただいた津軽三味線と和太鼓の実力派ユニットに、テレビ東京の「THEカラオケ★バトル」の番組に出演し2度優勝、2017年U-18四天王として活躍した、竹野留里さんが出演します。民謡の全国大会で優勝など数々の受賞歴に加え、最近ではミュージカルにも出演する若手実力派の歌手が出演しますので、家族そろってご来場ください。

和 WACOCORO BROTHERS

和ハバブラザーズ
with 竹野留里
～コンサート～

和太鼓 しんた

津軽三味線 新田 昌弘

民謡歌手 竹野 留里

10月5日(日) 開場13:30 開演14:00

会場 上砂川町体育センター
〒073-0201 北海道空知郡上砂川町字上砂川町127番地7

整理券配布方法は下記4施設でのチケット配布とオンライン申し込みとなります。

上砂川町役場 教育委員会社会教育係 TEL:0125-62-2881
上砂川町民センター TEL:0125-62-5225
まちの駅ふらっと TEL:0125-74-6400
上砂川温泉パンケの湯 TEL:0125-62-2526

オンライン申し込みは
こちらの
二次元コードから

無料

席は自由席となります。
※整理券もしくは申し込みが
必要となります。

問い合わせ 上砂川町役場 教育委員会社会教育係 TEL 0125-62-2881

主催:上砂川町教育委員会 協力:Ezo'n music

デブでなにが悪い？ やっぱ悪い

町立上砂川診療所 小松正伸

七福神のおひとりに、布袋様がいらっしゃいます。招福の神様とされています。広い額、でっぴりと大きなお腹でニコニコ笑顔。今から1100年ほど前の唐末、明州(寧波)の岳林寺にいたお坊さんで、死後に弥勒菩薩の化身とあがめられるようになったそうです。

布袋様のように、まん丸お腹がデブプリしてニコニコしている姿は、恰幅がいい、器量人と、みんなに好かれています。でも、やっぱり太っているのは健康に悪いみたいで、例えば太るのが商売のようなお相撲取りは、現役の時はひたすら食べて体を重くしていますが、引退してから大食の習慣が抜けなくてやせられないと、どうも長生きできない。100歳まで長命のお相撲さんなんて、思い浮かびません。デブはやっぱり、体に悪いのです。50、60になって、肥満だけれどどっこも悪くない、薬をなんにも飲んでいない人なんて、たぶんいないでしょう。

若いうちは体重が多くなって、なんにも困らない。だから「少しやせたほうがいいよ」と言ったら、「カラスの勝手でしょ」(←古いギャグです)と完全無視されるか、「デブでなにが悪い？」と逆ギレされる。しかし、中高年になって太ったままだと、体にどんな影響が現れるか？まずは服やズボンが入らなくなって、買い替える、つまり不経済。それは財布を開けばいいのだけれど、体が重くなれば、どうしても動作がのろくなる。サッと動けない。動かないのに、食欲は落ちない。そのままだから、ますます太る。そのうち、この体重を支える膝や腰が負担に耐え切れず、悲鳴をあげてくる。腰痛症や変形性膝関節症と診断されて薬をもらったって、根本原因が治っていないから、痛みは取れない。歩かないので、また太る。こんな悪循環が繰り返され、そのうちに上半身が重くて足の筋肉が減っているの、よろけて転倒骨折。車いすの生活となり、要介護、つまり人の手を借りなければ生きられなくなる。よく見られる経過です。

学者さんはやたらに、病名を作りたがります。高血圧症や脂質異常症などなど、「〇〇症」と病人をこさえています。いくら体重が多くても、当人がそれで今の生活に満足(満腹)していれば、医者はお呼びじゃない、こりゃまた、失礼しましたと。ただ、この太り過ぎに、高血圧、糖尿病、脂質異常症、高尿酸血症などの生活習慣病がくっつくと、太り過ぎは「肥満症」と病名で呼ばれ出す。まじめなお医者さんは、その人が10年、20年先まで健康でいられるように、大きな余病を起こさないようにと、治療を勧めるのです。肥満のまま、今は良くても将来的には動脈硬化が進んで大きな病気、脳梗塞や心筋梗塞などの危険性が高まるので、体重を落とさないと強く勧める親切心の理由があるのです。私の同期だった医者仲間が太り過ぎのために、何人もが体が不自由になったり、この世にさようならをしています。皆さんだって、例外じゃあない、このあたり神様はまことに不親切、見逃してくれない。なので、「親切な」お医者さんは、病名に沿ってどしどしと薬を出してくれるわけです。



おデブさんの心臓は、体の余分な体重に血液を送って、養わなければならないので大変です。一生懸命に血液を送り出す、このポンプ作用ががんばるために、血圧が上がります。血管の中の高い圧力は、血管に無理をかけてだんだんに動脈硬化を引き起こす。いつも高い血圧にさらされる腎臓の働きが、低下してくる。しなやかさを失った血管は、ちょっとしたことが原因で、出血する(脳出血)、詰まって血液が流れなくなる(脳梗塞)という危険性が大きい。働き過ぎた心臓は、もうがんばれない、もうダメと言ってついに心不全になってしまう。体の心臓・血管を大事にするためにも、お腹を引っ込めなければならないのは道理。

ポツテリお腹やまん丸腰巻にもう収まり切れなくなった、過剰な栄養分は行き場がなくて、肝臓に詰めこまれば脂肪肝、これはいずれ肝硬変になる。血管の壁にこびりついて動脈狭窄になれば虚血性心疾患、詰まるところ狭心症や心筋梗塞、ついでに脳梗塞が起こりやすい。脂肪という形で収まりきれなくなれば、糖のまんま血液に放り込まれて糖尿病となり、様々な合併症にたどり着きます。そういえば、すい臓がんも肥満には多いとか。



じゃあ、どうやってこの出腹を解消するか、字数が尽きたので、この続きは次号に。

水の事故に気を付けて 水の事故から大切な命を守る

夏になると、多くの人が海や川などでの水辺のレジャーを楽しんでいますが、1年で最も水での事故が多くなる季節となります。水の事故を防ぐために、事故につながりやすい危険な場所や行為を知っておくことが重要です。

水の事故から命を守るポイント

①立入禁止の場所には近づかない 「立入禁止」などの看板がある場所には絶対に近づかないようにする。	⑤ライフジャケットの常時着用 体に合ったライフジャケットを着用することで事故発生の確率が大きく下がります。
②単独行動は避ける 一人の場合、事故に遭っても発見されないのので、複数人で行動しましょう。	⑥連絡手段の確保 事故が起きた時、速やかに通報できるよう、携帯電話などを準備しましょう。
③お酒を飲んだら海や川に入らない アルコールで判断力・注意力、運動能力も低下するので、大変危険です。	
④子供から目を離さない 子供は小さな波でも足をすくわれ、沖に流されたり、溺れたりしてしまいます。	

もしもの時、どうする？

①服を着たまま水に落ちたら ・突然水に落ちてしまうとパニックになってしまうので、まずは落ち着くことが大切です。 ・水面上に仰向けで浮いた姿勢「浮き身」を保ち、救助を待ちましょう。 ・ペットボトルやランドセル、ボールなど身の周りにあるものも浮き具になります。	
②家族や友達が溺れたら ・泳ぐことができれば溺れた人を助けることができると思いますが、溺れた人を助けに行くことは非常に危険な行為です。 ・棒状の物、ロープ、タオル、衣服などを差し伸べて、溺れている人がつかんだら引き寄せる。 ・離れている場合は、浮き輪やペットボトル、クーラーボックスなど浮力のあるものを投げて掴まるよう指示する。	

ライフジャケットを着用

ライフジャケットの浮力 ・頭を水から出して呼吸を確保するには、 体重の10%の浮力 が必要です。ライフジャケットの内側に浮力〇. 〇kgと記載されているので、購入する際に確認し、適切な浮力のライフジャケットを着用しましょう。子供は股下ベルトがあるものを選びましょう。 子供：体重30kg→浮力3kg 大人：体重70kg→浮力7kgが必要 ・空の2Lペットボトルの浮力は2kgです。	 浮力 5.6kg スチール100% ポリウレタン製 身長140~150cm 股下ベルト
--	--

問合せ先 砂川消防署上砂川支署 救急係 (☎62-2021)

ゼロカーボンチャレンジ！

地域環境の未来を守るために、いま、私たちにできることを考えてみませんか？

ご家庭
の皆様

夏季の省エネに取り組みましょう

全家庭で消費電力の1%を削減すると、毎日、コンビニ約1万8千店舗が消費する電力と同程度のエネルギーが削減できます。

冷房の省エネ対策



- ✓ 室内の冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で室内温度を上げる。
※熱中症にご注意ください。

省エネ効果

約 5 %

- ✓ 目詰まりしたフィルターを清掃する。

約 2 %

照明の省エネ対策



- ✓ 不要な照明は消す。

省エネ効果

約 2 %

- ✓ リビングや寝室の照明の明るさを下げる。

約 3 %

冷蔵庫の省エネ対策



- ✓ 冷蔵庫の冷やしすぎを避け（強→中）、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。

省エネ効果

約 1 %

テレビの省エネ対策



- ✓ テレビは省エネモードに設定し、画面の輝度を下げる。見ていない時は消す。

省エネ効果

約 2 %

給湯の省エネ対策



- ✓ お湯の出し過ぎに注意し、シャワー時間を短くする。
- ✓ 食器を洗うときは給湯温度を低く設定する。

自動車の省エネ対策



- ✓ 自動車を利用する場合には、エコドライブ10のすすめを実践する（ふんわりアクセル、減速時は早めにアクセルを離す、無駄なアイドリングをしない等）。

※「省エネ効果」は点灯等（19時頃）の家庭の電力使用量に対する省エネ効果の概算値で、地域・時間帯による違いを考慮に入れた全国平均の値です。地域・時間帯により省エネ効果は変動します。

経済産業省では、企業・家庭向けの省エネ支援を強化しています。
企業には省エネ設備への更新や省エネ診断、家庭には高効率給湯器の導入などを支援しています。詳細は「省エネポータルサイト」をご覧ください。

省エネポータルサイト

検索



経済産業省
資源エネルギー庁
Agency for Natural Resources and Energy

〈出典：経済産業省 資源エネルギー庁〉

■問合先：建設環境課脱炭素推進担当係(☎62-2221)

消費者被害防止 ネットワークニュース

2025 年 8 月号

下4桁「0110」の電話番号を利用した
警察署・警察官を名乗る電話にご注意ください！！



- ◆ あなたの口座が犯罪に使われている。
- ◆ 犯人があなた名義のクレジットカードを使っていた。
- ◆ あなたの携帯電話が不正に契約された。
- ◆ 容疑が掛かっている。
- ◆ 無実を証明する為、お金を調べなければならない。
- ◆ 口座のお金を送金してほしい、確認次第返す。

LINE のビデオ通話を通じて「警察手帳」や
「逮捕状」を見せ、詐欺を行う手口が道内でも発生しています！！

警察から「あなたが捜査対象となっている」と電話で伝えることはありません。警察官をかたって捜査の協力を求めるような電話は詐欺です。

- ◆ 警察を名乗る電話があっても慌てず、すぐ電話を切る。
- ◆ 消費生活センターか警察相談専用電話(#9110)に御相談ください。
- ◆ 安易に個人情報をお伝えしないでください。
- ◆ 決して折り返さないでください。

おかしいなと思ったら上砂川町消費生活センターへ
☎62-2243 平日 8 : 45 ~ 17 : 00

警察官をかたるサギ

あなたも犯人だ！

〇〇警察署の
□□です！

詐欺の犯人が
あなたの口座に
入金している！



逮捕状が出ている！

資金の流れを
調べるため
お金を預かる



実際に犯人から送られた画像

SNSのビデオ通話
などで

偽物の警察手帳
偽物の逮捕状
を見せてきます。

警察官がSNSで連絡を取ることはありません！
警察官がお金を要求することはありません！

北海道警察 #9110

学校閉庁日の設定について

教育委員会では、学校の働き方改革のため、次の4日間を小中学校の学校閉庁日といたします。ご理解とご協力をお願いいたします。

■閉庁日

8月12日(火)～15日(金)

※土日祝日と同じく原則各校警備員が在籍しておりますが、不在時の緊急の連絡は教育委員会学務係(☎62-2881)までお願いいたします。

※上記該当日は、部活動はありません。

健康の里づくり事業

「マジックショーと高齢者犯罪予防対策教室」の開催

- と き 8月22日(金)
午前10時～(受付午前9時30分)
- と ころ 上砂川岳温泉パンケの湯
- 参 加 費 無料
- 講 師 旭川市 西垣 良克 氏
- 参加特典 当日は350円で温泉に入浴できます。
- 申込締切 8月18日(月)
- そ の 他 当日は無料送迎バスを運行いたします。
- 申込・問合先 上砂川岳温泉パンケの湯(☎62-2526)
企画課産業振興係(☎62-2223)

○送迎バス発着時間

9:05	S55鶴改良住宅入口(プール下)
9:07	緑が丘3階建団地前
9:08	緑が丘集会所前
9:10	下鶴東2丁目(電話ボックス前)
9:11	旧下鶴生活館
9:12	下鶴南1条2丁目(電話ボックス前)
9:16	鶴本町生活館
9:16	緑が丘入口バス停前
9:17	中学校バス停前
9:18	中央ふれあいセンター前(旧中村スタンド前)
9:20	役場前(東館玄関前)
9:21	さわやかトイレ前
9:22	朝駒バス停前
9:26	東山高齢者住宅
9:30	温泉到着
※送りバス 12:50	

「原爆と人間展」の開催について

昭和20年8月に広島・長崎に原子爆弾が投下されてから80年になります。唯一の戦争被爆国として、核兵器の恐ろしさを広く知っていただき、改めて平和の尊さについて考える機会として、「原爆と人間展」を開催いたします。

- 日 時 令和7年8月1日(金)～7日(木)午前9時～午後9時
※8月4日は町民センター休館日のため開催していません。
- 場 所 町民センター ロビー
- 問 合 先 総務課総務係(☎62-2011)

8月は「北方領土返還要求運動の強調月間」

日本固有の領土である択捉島、国後島、色丹島、歯舞群島からなる北方四島の早期返還の実現については、道民はもとより国民の長年にわたる悲願です。

北海道では、この北方領土問題の解決に向け、道民世論の結集を図り、国の外交交渉を積極的に後押しするため、昭和41年から、旧ソ連邦が日本に対し宣戦を布告し、北方領土問題の発端となった月である8月を「北方領土返還要求運動強調月間」として、重点的な返還要求運動を実施しています。



募集 & 試験

学校支援ボランティア募集

町内の小中学校の授業のサポートにボランティアとして参加いただける方を募集しています。特別な資格は必要ありません。特技や経験を活かし、子どもの学習や健やかな成長の手助けをしていただける方の積極的な応募をお待ちしています。

- 支援内容 スキー指導など
- 登録条件 18歳以上の方
- 活動期間 学校から依頼があった時
- 申込締切 なし(随時受付)
- 申込・問合せ先 教育委員会社会教育係(☎62-2881)

町民センター健康・栄養相談 今月のイチオシ！

♪マイレージ対象事業です♪

※詳細は4月号広報7ページをご覧ください

今月のイチオシは、「血流測定」です。センサーに指を20秒入れるだけで、血の流れから血管年齢がわかる器械をご用意しました。血管は全身に酸素や栄養素を運んだり、老廃物を回収する役割を担っており、加齢とともに、硬くなっていきます。

血管が固くなると、体の隅々まで栄養が届けられなくなり、肩こり、腰痛など身体に不調が現れます。さらに悪化すると、心筋梗塞や脳梗塞など命に係わる症状を引き起こすこともあります。

生活習慣を改善することで、血管の弾力性を取り戻すことができます。自分の血管年齢を測定してみませんか？費用は無料ですので、ぜひご利用ください♪

当日は、事前予約なしでも検査は実施できますが、待ち時間短縮のため、利用希望者は健康推進課健康係へご予約をお勧めします。

- と き 8月28日(木) 午後1時30分～午後4時
(受付は午後3時30分まで)
- ところ 町民センター(大会議室)
- 内 容 血流測定
※健康・栄養相談も行っています。
- 申込・問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

★80歳以上で、20本以上 自分の歯が残っている方募集！

自分の歯が20本以上あれば、ほとんどの食物を噛むことができ、20本ない人に比べて全身の健康度が高く、病気にもかかりにくく、日々元気に生活をしている人が多いことから、80歳で歯を20本残そうという「8020運動」を推進しています。そこで、8020に該当する方を募集しますので、下記までご連絡ください。(※昨年まで応募していない方が対象となります。)

- 特 典 記念品(歯ブラシ1年分)贈呈
- 応募締切 8月12日(火)
- 応募・問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

★訪問歯科相談

下記の方を対象に、保健師と歯科衛生士がご自宅等へ訪問し、お口に関する相談をお受けします。

- と き 9月29日(月)※時間は、申込締切後に調整させていただきます。
- 対 象 病気、加齢などにより身体の動きに不安があり、歯科受診できずにいるが、歯や義歯、舌、歯ぐきなどに悩みのある方
- 費 用 無料
- 申込締切 8月29日(金)
- 申込・問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

札幌弁護士会無料法律相談会

債務整理、交通事故、離婚、悪徳商法など、どのような相談でもお受けしますので、お気軽にご利用ください。

開催日	開催場所	担当弁護士名
8月5日(火)	東館1階第3相談室	松井 陽一朗 弁護士
8月19日(火)	東館1階第4相談室	富岡 俊介 弁護士

- 時 間 午後1時30分～3時30分
- 注意点 相談時間は1人30分です。
予約の方が優先されます。
歌志内市と赤平市でも同様の相談会を開催しています。



町公式LINEからも
予約可能です

- 申込・問合せ先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)

ご家族の介護のこと
ご高齢で今後の生活に不安を感じている…
介護のこと、何でもご相談ください

勤医協歌志内居宅介護支援事務所
歌志内市中村26-2(☎42-2467)

勤医協有料老人ホーム うすらの里
東鶉南1条1丁目1-5(☎62-5151)

60歳以下の女性のお力が必要です！

- 募集要項
 - ・医療用顕微鏡用ガラスの検査作業等スタッフ
(不良品確認、検品、箱詰め等)
 - ・8:30～17:30の間で週20時間程度、1日3.5時間～
 - ・例)①9:30～16:30 ②8:30～12:00 など

■時 給 1,060円～(交通費別途支給)

おすすめポイント！

女性に嬉しい、座ってできるお仕事です！！
上記以外の勤務時間にも柔軟に対応します。

マイクログラス株式会社 0125-62-5959 (担当：笹島)

会社HP



PR動画



情報掲示板

令和8年度砂川地区広域消防組合消防職員募集

■勤務地 砂川地区広域消防組合管内

■受験資格 ①～③の全てを満たす方

①採用後、砂川地区広域消防組合管内の指定される市町に居住可能な方

②普通自動車免許(A T限定免許を除く)取得されている方、または令和8年3月までに取得見込みの方

③平成11年4月2日以降に生まれ、以下のいずれかに該当する方

・学校教育法による高等学校を卒業、または令和8年3月に卒業見込みである

■登録人員 若干名

■試験日 令和7年9月21日(日)

■採用日 令和8年4月1日

■申込 令和7年7月28日(月)～8月18日(月)までに下記へ(必着)

■願書提出先・問合せ先

〒073-0152 砂川市東2条北7丁目1番5号 砂川地区広域消防組合総務課職員係(☎0125-54-2196)

※募集要項、申込書は砂川地区広域消防組合のホームページからダウンロードしてください。



砂川地区広域消防組合消防職員募集
ホームページ

上砂川町職員(管理栄養士)募集について

■採用募集人数 1名

■募集職種 管理栄養士

■雇用形態 正職員

■勤務内容 栄養指導、栄養相談、健康教育、家庭訪問、こども園給食管理

■応募資格 平成2年4月2日以降に生まれた方

管理栄養士の資格を有する方(取得見込み含む)

普通自動車運転免許証を所有する方又は取得見込みの方

上砂川町に居住できる方

■採用日 令和8年4月1日

■勤務地 上砂川町役場(健康係) 認定こども園ふたば

■勤務時間 月曜～金曜日(午前8時30分～午後5時)

■給与月額 短大卒 182,700円～ 4年生大学卒 202,800円～ ※前職加算あり

賞与 年2回4.6か月分

■休日 土曜・日曜・祝日・年末年始(12月30日～1月4日)

■待遇・福利厚生 扶養手当、住居手当、寒冷地手当

通勤手当(片道2 Km以上2,000円～24,400円)

■応募方法 <必要書類>

①申込書(町指定の申込書、顔写真貼付)

②資格を有する書類の写し(学生は卒業見込証明書、成績証明書)

<書類提出先>

〒073-0292 空知郡上砂川町字上砂川町40番地10

上砂川町役場 健康推進課 健康係

■申込締切 令和7年8月15日(金)※郵送の場合は当日必着のこと

■申込・問合せ先 健康推進課健康係 ☎ 0125-62-2014

■選考方法 適正検査、面接

■試験日 令和7年9月上旬予定

■試験会場 上砂川町役場

車庫・物置・家屋の解体、畑・庭の
土販売等ご相談承ります。

有限会社 サウライ

中央南1条3丁目 ☎62-6268

家族のこと、介護のこと
将来の生活に不安を感じていませんか?

いたわる なごめる ほっとする場所

グループホーム上砂川

(介護の事ならお気軽にご相談ください)

※随時ご見学できます。

下鶉南2条1丁目3-1 (☎62-5252)

「スマートフォン講座」の開催のお知らせ

消費者協会「スマホ倶楽部」内にてデジタル推進担当係が講師として「スマートフォン講座」を実施いたします。

どなたでも参加できますので、ぜひご参加ください。

- 日 時 8月21日(木) 9月18日(木) 10月16日(木)
午後1時30分～3時
- 場 所 まちの駅ふらっと
- 定 員 20名
- 持 ち 物 特にありません。
※スマートフォンをお持ち出ない方も参加可能です。
- 参加方法 消費者協会に直接もしくは、電話申込(☎62-2243)
- 実施内容 ○LINEについて
 - ・LINEとは？
 - ・LINEはどんな使われ方をしているか？
 - ・LINEの機能紹介
- 詐欺から身を守る
 - ・どのような詐欺があるか？
 - ・詐欺の当事者になったら？
- 電子マネーとは？
 - ・電子マネーとは？
 - ・電子マネーの利用方法

※内容については、参加状況により変更する可能性があります。

※参加される方々に合わせて内容を変更や修正いたしますので、ご興味がある内容があれば申込時、講座中などにお申し出ください。

除雪・草刈りの心配がない！！東山高齢者住宅の入居者募集

- 募集住宅 住 所 東山北1条2丁目
間取り 1LDK 56.92㎡ 家賃 16,000円～
 - 入居資格 日常生活上、自立可能な概ね65歳以上(配偶者・子についても概ね60歳以上)の夫婦世帯・親子世帯または単身世帯で、次の1つに該当する方。
ただし世帯員(配偶者・同居人)を含め2名が限度です。
 - ①生活環境、または住宅事情などの理由で、現在住んでいる住宅で日常生活を営むことが困難な方
 - ②家庭の事情により、家族との同居が困難な方
 - 申 込 先 福祉課福祉係(☎62-2222)
- ※申込者多数の場合は、申込者の住宅困窮度や特殊事情などに基づいて審査し、結果が結等しくなった場合は抽選により入居者を決定します。

■平面図



「一期一会」を大切に

住宅新築・増改築・家屋の解体・外構工事 等
家まわりのご相談承ります。



有限会社 高橋工務店

鶉本町北4丁目3-4 ☎ 62-4406



コたエを
出します

面談
電話

相談予約
ダイヤル

完全無料

0125-22-8373

平日 10:00～16:00(12:00～13:00を除く)

気軽に

電話で相談

ハロー弁護士相談 月～金曜日10:00～16:00(祝日・年末年始は除く)

☎011-281-8686

1回15分
相談無料

※掲載の時間や相談方法等は予告なく変更する場合がございます。

札幌弁護士会 中空知法律相談センター

戸籍に記載予定の振り仮名が通知されます。

令和7年5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍の記載事項に氏名の振り仮名が追加されることになりました。本籍地が上砂川町の方は、上砂川町から8月中旬頃より圧着ハガキで記載予定の振り仮名通知を発送予定となっています。届きましたら、必ず開封し、記載予定の振り仮名をご確認ください。

通知に記載されている振り仮名が誤っている場合には、令和8年5月25日までに、必ず正しい振り仮名の届出をしてください。

なお、通知の振り仮名が正しいときは、届出をしなくても通知のとおり戸籍に記載されます。

■届出方法について

氏名の振り仮名の届出は、マイナポータルを利用してオンラインで行うことができます。マイナポータルからの届出は、市区町村の窓口に行く必要がありませんので、大変便利です。その他、本籍地や住所地の市区町村窓口での届出や郵送による届出も可能です。

詳しくは法務省HP (<https://www.moj.go.jp/MINJI/furigana/index.html>)、法務省振り仮名コールセンター(☎0570-05-0310)までお問い合わせください。

※本籍地が上砂川町以外の方は、本籍地の市区町村から、施行後3か月程度以内に通知され、通知時期は、それぞれの本籍地の市区町村で異なります。

※振り仮名の届出に当たって法務省や市区町村に金銭を支払うよう要求することはありません。詐欺にご注意ください。

■問合せ先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)



法務省HP

出張します！マイナンバーカード申請について

マイナンバーカードの申請は、職員がご自宅などにお伺いして申請することもできます。写真を準備しなくても、その場で写真を撮って申請できます。

顔認証マイナンバーカード(暗証番号の設定が不要なカード)の申請・すでにマイナンバーカードを持っている方も顔認証マイナンバーカードへの変更を行うこともできます。その他、マイナンバーカードについてわからないことがある方は、お気軽にご相談ください。

■問合せ先 住民課戸籍年金係(☎0125-62-2220)

指定ゴミ袋への名前の記入が不要になります！！

これまで、指定ゴミ袋に名前の記入をお願いしていましたが、個人情報保護の観点から、すべての指定ゴミ袋の記名を不要といたします。

今後とも、引き続き正しい分別でのゴミ出しにご協力をお願いいたします。

■問合せ先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

ほくもん年金優遇定期預金 『ふれあい』 **お取扱中！！**

**当金庫で年金をお受け取りいただいている方、
新規でお手続き中の方向けのおトクな定期預金です。**

《詳しくは最寄りの当金庫本支店までお問い合わせください。》



北門信用金庫 上砂川支店 Tel.62-2211

令和7年度 第2回北海道警察官採用試験



上砂川岳

上砂川駐在所
62-2044
下鶴駐在所
62-2069

1次試験:9月21日(日) 受付期間:7月1日~8月15日(午後5時まで)

ニセ警察詐欺に注意

ニセ警察官が登場するまでのパターン



警察庁 HP 北海道警察



上砂川町の東側(パンケの湯付近)にて熊の目撃情報が続いています。
砂川市内でも目撃情報が多数あり、「ヒグマ注意報」が出ています。
外出する際は十分に気をつけてください。
熊を発見した時は、決して近づかず、警察署や役場に連絡してください。

緊急時以外は、警察相談ダイヤル「#9110」をご利用ください。

家・車庫・物置の解体、ごみ処理、
駐車場などの舗装工事、家のリフォームなど

お見積りは無料です。お気軽にお電話ください。

有限会社 中森組 中町南4丁目1-1
※住所が変わりました

☎0125-62-2458 携帯:090-2053-6448

リカーショップ よしかわ ☎62-2727

8月の特売日 26・27・28の3日間

特売品

紅鮭フィーレ半身・雄武の鮭切り身
ティッシュ、トイレロール、野菜等

営業時間 午前9時~午後6時(日・祝 午後5時迄)
電話1本で送迎サービスいたします。

※8月3日、17日、23日、24日、31日はお休みさせていただきます。

健康の里だより

※気象・交通状況などにより、到着時間が前後する場合がありますので、ご了承ください。

(迎え便)

10:00	S55鶉若葉改良住宅入口（鶉プール下）
10:01	S53鶉若葉改良住宅前
10:02	緑が丘団地前
10:03	緑が丘集会所
10:04	下鶉東2丁目（電話ボックス前）
10:05	下鶉生活館
10:06	下鶉南1条2丁目（電話ボックス前）
10:07	鶉本町バス停
10:08	緑が丘入口バス停
10:09	セイコーマート前
10:11	中央ふれあいセンター
10:12	役場前
10:13	中央3丁目
10:14	さわやかトイレ
10:15	朝駒5号棟付近
10:16	朝駒集会所
10:20	本町分譲団地入口
10:25	温泉

(送り便)

12:45	温泉
12:48	本町分譲団地入口
12:54	朝駒集会所
12:55	朝駒5号棟付近
12:56	さわやかトイレ前
12:57	中央3丁目
12:58	町民センター前
12:59	中央ふれあいセンター
13:01	セイコーマート前
13:02	緑が丘入口バス停
13:03	鶉本町バス停
13:04	下鶉南1条2丁目
13:05	下鶉生活館
13:06	下鶉東2丁目
13:07	緑が丘集会所
13:08	緑が丘団地前
13:09	S53鶉若葉改良住宅前
13:10	S55鶉若葉改良住宅入口

パンケの湯無料送迎バス（毎週月・木曜日運行）について
町民の皆さんにパンケの湯で健康づくりをしていただけるよう、無料送迎バスを運行しています。
ご近所お誘い合わせの上、ぜひご利用ください。

【毎週火曜日】砂川からの便

下鶉2丁目	11:46
下鶉交番前	11:46
鶉本町バス停	11:47
緑が丘入り口	11:48
セイコーマート前	11:49
中央ふれあいセンター	11:50
役場前	11:51
中央3丁目	11:52
さわやかトイレ	11:53
パンケの湯着	12:00

【毎週水曜日】砂川からの便

下鶉2丁目	11:56
下鶉交番前	11:56
鶉本町バス停	11:57
緑が丘入り口	11:57
セイコーマート前	11:58
中央ふれあいセンター	11:59
役場前	11:59
中央3丁目	12:00
さわやかトイレ	12:01
パンケの湯着	12:05

〇うまいもの市開催！
8月7日(木)午前11時～

※帰りは温泉発 13:30です。

※東山地区でバスの利用を希望される方は、当日午前9時30分までにご連絡ください。

※毎月イベントカレンダーを作成しています。館内及び各町生活館、ふらっと、町民センターに掲示していますのでご覧ください。

上砂川岳温泉



電話 0125-62-2526

FAX 0125-62-6631

○従業員、パート急募！

詳細はフロントまでご連絡ください。社会保険制度あります。

○スタンプサービスデー

毎月6日、16日、26日はスタンプ3個押印します。

○野生動物が出没する季節となりました

大変危険ですので、絶対に道路にごみを捨てないでください。車の運転には十分気をつけてください。

○メンズデー及びレディースデー

スタンプ3個押印します。日程は毎月変わりますのでイベントカレンダーをご覧ください。

○家の水回り(台所・トイレ・水洗化)のことなら何なりとお引き受けいたします。

○家屋の解体、家の周りの整備も行っております。

○冬は各除雪作業(人力・機械・屋根ほか)も承っております。

ぜひご相談ください

※常時、技術員・作業員募集中

柳川建設株式会社

中央北1条4丁目1-9 ☎62-2309

みんなの 国民年金

■国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除・法定免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等これらの期間の保険料については、10年以内であればさかのぼって納めること(追納)ができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することになりますが、次の点にご注意ください。

・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納できません。

※追納のお申込み・ご相談は、ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)までお願いします。

粗大ごみ申込のオンライン化に向けたテストを実施します！！

今秋に運用を予定している粗大ごみ申込のオンライン化に向けて、付加テストを実施いたします。これまで、電話か窓口での申込のみでしたが、LINEを利用したオンラインでの申込も可能となります。

右の二次元コードを読み込んで申し込みをしてください。



《受付終了日》8月12日(火)

※8月回収日：8月20日(水)

《受付件数》

7件を目安にオンライン申込は締切予定ですが、全体の受け付け状況により、更に受け付ける場合があります。(1件あたり3点まで)

オンライン受付が上限数に達した場合でも、電話受付で対応可能な場合もございますので、下記の電話番号までご連絡ください。

※申し込みに関しての問い合わせは下記の電話番号にお願いいたします。

また、電話、窓口での申込は通常通りお受けいたします。

■問合先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

訪問介護サービス事業所

身体介護(食事・入浴・排泄などの介助)
生活援助(掃除・洗濯・調理・買い物など)
介護サービスのご相談お受けいたします
介護保険対象外(自費)のご利用も対応いたします。

ホームヘルパー募集中
(詳しくはお問い合わせください)

株式会社 アイ ヘルパーステーション **サンシャイン**

TEL63-2477 FAX63-2478

〒073-0201 上砂川町中央北1条1丁目2-1
(旧 上砂川駅前)

人の動き(6月15日～7月14日)

お誕生おめでとうございます。

お名前 住所 保護者
早川 空華さん 下鷗 吏恩さん

お悔やみ申し上げます。

氏名 住所 年齢 月日
中村 ミツさん 中央 96歳 7月3日
西岡 洋子さん 緑が丘 64歳 7月8日
中田 彰さん 中央 77歳 7月11日

町営住宅入居者募集

町では、町営住宅の入居者を募集しています。修繕などで入居までにお時間を頂く場合がございますので、希望される方はお早めにご相談ください。

※東鷗・緑が丘(3階建)・中央の住宅は、別途募集しておりましたが、今後は、空戸の際は申し込みを受け付けすることといたします。

■問合せ先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

8月のゴミ収集日

■問合せ先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

※ 各種ごみについては、**午前8時までに**拠点へ出してください。

※ 収集日の前日及び午前8時以降は絶対に出さないでください。

資源ごみ

曜日	第1水曜日(8月6日)	第2火曜日(8月12日)
	第3水曜日(8月20日)	第4水曜日(8月27日)
地域	下鷗・緑が丘	東山・朝駒・本町
	鷗本町・鷗	中町・東鷗・中央

※第2水曜日(13日)の収集が第2火曜日(12日)に変更となります。

燃やせないごみ・危険ごみ・小型家電

粗大ごみ

8月13・27日(第2・4水曜日)

燃やせるごみ・生ごみ

毎週月・木曜日 緑が丘・鷗・中央・朝駒・本町

毎週火・金曜日 下鷗・鷗本町・東鷗・中町・東山

ゴミ出しのルールを守りましょう

①正しく分別してごみを出しましょう

②ペットボトルや缶、新聞紙などリサイクルが可能なものは資源ごみとして出し、ごみの減量化に努めましょう

8月20日(第3水曜日)

●粗大ごみを出す人は、**15日(金)**までにご連絡ください。

●粗大ごみ券には、氏名の記入をお願いします。

●粗大ごみには「粗大ごみ処理券」を貼る必要があります。

●テレビ・冷蔵庫・洗濯機・乾燥機・エアコン・冷凍庫は収集できません。(購入、または買い換えた家電販売店、メーカーなどでの引き取りが必要です。)

●引越前引越後整理

●生前遺品整理

●お焚上げ全般(参加可)

●搬出清掃 ●買取可

●老人ホームの入退去整理

●解体見積 ●不動産仲介 お客様の手間一切なし!

【上砂川町一般廃棄物収集運搬業許可を受けている会社です】

おかたづけショップ
リサイクル&無料回収 **サンキュートップ**
0800-800-7839 旭川市大雪通6丁目502番地
TEL(0166)24-2828

古物認定番号旭古第2771号/北海道旭川方面公安委員会 旭東第12313000007号/産廃許可番号第00100190521



MOE
welfare service

健康寿命を延ばして
生き生きとした生活を!

トレーニング機器で身体機能向上、皆で楽しくお食事、広い浴室でのんびりと入浴。
充実した1日をデイサービスセンターで一度体験してみませんか?

お気軽にお問合せ下さい。

デイサービスセンター 萌かみすながわ

上砂川町字上砂川22番地16

TEL(0125)-62-6530

介護のご相談たまわります。

介護相談センター 萌かみすながわ

TEL(0125)-62-3546

今日は何の日？ (今月のカレンダー)

見やすいところに保管して、いつでもご利用ください

☆印行事の問合先は役場健康係 ♪印は健康マイレージ対象

◆印行事の問合先は教育委員会社会教育係

♥印行事の問合先は地域包括支援係

*印行事の問合先は社会福祉協議会

1	金	☆胃・肺・大腸・前立腺がん検診・エキノコックス・ 肝炎♪ 下鶴生活館/午前7時～
2	土	☆胃・肺・大腸・前立腺がん検診・エキノコックス・ 肝炎♪ 町民センター/午前7時～
4	月	☆長谷川拡介のふらっとヘルシー体操 東鶴中央ふれあいセンター/①午前10時～10時40分 ②午前11時10分～11時50分
5	火	☆ダンス教室クレイン 町民センター/午前10時30分～11時30分 札幌弁護士会無料相談会 役場東館1階第3相談室/午後1時30分～3時30分
6	水	☆足若の日(転倒予防教室) 上砂川岳温泉/午前10時15分～11時
7	木	☆みんなのごはん会 町民センター/午前10時～午後1時
12	火	☆肩腰らくらくボール運動 まちの駅ふらっと/午前10時40分～11時30分
13	水	第23回仮装盆踊り花火大会 旧JR上砂川駅裏 買物駐車場/午後3時～9時
18	月	♥カフェまちなか まちの駅ふらっと/午前10時～午後2時
19	火	☆ダンス教室クレイン 町民センター/午前10時30分～11時30分 札幌弁護士会無料相談会 役場東館1階第4相談室/午後1時30分～3時30分
20	水	☆足若の日(転倒予防教室) 上砂川岳温泉/午前10時15分～11時

20	水	♥介護保険オンブズパーソン 役場東館1階第3相談室/午後1時～4時 定例行政相談会 役場新館1階第1相談室/午後1時30分～3時30分
21	木	スマートフォン教室 まちの駅ふらっと/午後1時30分～3時
22	金	☆かみすなヤング健診♪ ・国保特定健診♪ ☆生活保護者健診♪ ・後期高齢者健診♪ 下鶴生活館/午前7時30分～10時30分 ☆胸部レントゲン検査(肺がん・結核検診) 下鶴生活館/午前10時～10時30分 健康の里づくり事業 ～マジックショーと高齢者犯罪予防対策教室 上砂川岳温泉/午前10時～正午
23	土	☆かみすなヤング健診♪ ・国保特定健診♪ ☆生活保護者健診♪ ～24日・後期高齢者健診♪ 町民センター/午前7時～10時30分 ☆Teens健診 ～24日 町民センター/午前7時～10時30分 ☆胸部レントゲン検査(肺がん・結核検診)♪ ～24日 町民センター/午前10時～10時30分
25	月	☆長谷川拡介のふらっとヘルシー体操 東鶴中央ふれあいセンター/①午前10時～10時40分 ②午前11時10分～11時50分
26	火	おひさまルーム ～アロマオイルで飾りとバスボムを作ってみよう！～ 認定こども園ふたば/午前10時～11時
27	水	☆肩腰らくらくボール運動 まちの駅ふらっと/午前10時40分～11時30分
28	木	☆町民センター健康相談、栄養相談 ☆きつずとママのもしもしコーナー♪ 町民センター/午後1時30分～午後4時
30	土	かみすながわ生活マルシェ まちの駅ふらっと/午前11時～午後2時

※最新情報につきましては、町ホームページをご覧ください。

今月の 休日救急当番医

3日 細谷医院(☎52-3057)

17日 砂川耳鼻咽喉科(☎55-3387)

10・11・24・31日 砂川市立病院(☎54-2131)

上砂川町内の 求人一覧

(6月16日現在)

※週間求人情報

休日・連休を除く
毎週金曜日更新
役場戸籍年金係
カウンターに配置

※詳細につきましてはハローワ
ーク砂川(☎54-3147)またはハ
ローワークインターネットサービ
ス([https://www.hellowork.go.jp/
index.html](https://www.hellowork.go.jp/index.html))の「求人情報検索」
でご確認ください。

職 種	企業名	年 齢	求人数
配管工	柳川建設(株)	59歳以下	1 人
フロアサポーター	(株)萌福祉サービス	不問	3 人
看護師	(医)萌水会	不問	1 人
一般事務	(株)岩渕建設	44歳以下	1 人
医療ガラスの印刷業務	マイクロガラス(株) 北海道工場	44歳以下	2 人
出荷スタッフ	共栄フード(株) 北海道工場	不問	1 人
介護支援専門員(ケアマネージャー)	(有)フローラ	不問	1 人
一般土木作業員	(有)中森組	不問	2 人

※掲載している求人情報への応募には、ハローワークからの紹介状が必要となりますので、
各企業への直接の問い合わせはしないでください。

上砂川町役場

〒073-0292 北海道空知郡上砂川町字上砂川町40番地10 TEL 0125-62-2011 FAX 0125-62-3773

E-mail:kouhou@town.kamisunagawa.lg.jp URL <https://www.town.kamisunagawa.hokkaido.jp/>