

Public Relations Kamisunagawa



広報
No.856

かみすながわ

2023年

9

～ちいさいマチのでっかい魅力。～



CONTENTS

- 第21回仮装盆踊り・花火大会が開催されました
- 上砂川町敬老会のお知らせ
- 第1回かみすながわぐるっと紅葉マラニック募集期間延長
- 令和5年度全国学力・学習状況調査結果の概要について
- 運転免許証自主返納臨時出張窓口開設のお知らせ
- 新型コロナワクチン秋開始接種のお知らせ
- 全町ポールウォーキング・パレードの開催について
- 子宮・乳・胃・肺・大腸・前立腺がん検診のお知らせ など

今月の表紙 8/13 仮装盆踊り・花火大会

8月13日に開催し、町内外から多くの方が来場されました。写真は仮装盆踊り団体の部で最優秀賞を受賞した「上砂川消費者協会かすみんファイターズ」のみなさんです。

2023年7月末現在

人	口	2,507 (－ 19)	男	1,158 (－ 9)
世	帯	1,556 (－ 5)	女	1,349 (－ 10)

第21回仮装盆踊り・花火大会が開催されました

第21回仮装盆踊り・花火大会が、8月13日(日)、旧上砂川駅裏買い物駐車場で開催され、会場ではビンゴゲーム大会や仮装盆踊り、伝統芸能である上砂川獅子神楽など盛りだくさんの内容となり町内外から多くの方が来場されました。



ビンゴ大会



上砂川町人権擁護委員PR活動



上砂川獅子神楽①



上砂川獅子神楽②



キッズダンスパフォーマンス



子ども盆踊り



仮装盆踊り大会



花火大会

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さま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。

対象の方には先月上旬に往復ハガキでご案内し、参加希望を確認させていただいておりますが、変更がありましたら9月5日(火)までに福祉課福祉係へお知らせください。

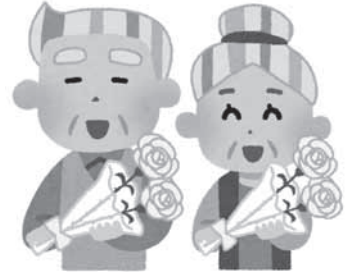
■と き 9月8日(金) 午前11時(受付開始：午前10時30分)

■と ころ 上砂川町体育センター

■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 乗車時間等を確認されたい方は、
福祉課福祉係までご連絡ください。

■問 合 先 福祉課福祉係(☎62-2222)



「第1回かみすながわぐるっと紅葉マラニック」募集期間延長！

マラニックとは、地域の景色を楽しみながら、美味しいものを食べてのんびり決められたコースを巡るというものです。町の面積が北海道で最も小さな上砂川町を、紅葉を堪能しながらひと回りし、美しい自然と地元の特産品を楽しんだあとは、温泉をお楽しみ頂けるもので、参加特典もございますのでぜひたくさんのご参加をお待ちしています。

■日 程 10月14日(土) 午前9時スタート

■ロングコース ・約23km(パンケの湯→下鶉地区→市街地→パンケの湯)
・参加費は、高校生以上 5,000円、小中学生 2,000円、未就学児 無料
→町民の方は、高校生以上 2,500円、小中学生 1,000円
・定員 150名

■ショートコース ・約13km(パンケの湯→市街地→パンケの湯)
・参加費は、高校生以上 3,000円、小中学生 1,000円、未就学児 無料
→町民の方は、高校生以上 1,500円、小中学生 500円
・定員 50名

■エイドポイント(コース途中の休憩所)
・ロングコースで10か所、ショートコースで5か所程度を予定しています。
・エイドポイントでは、飲み物や食べ物を提供いたします。
・現在、エイドポイント提供品として、ニジマス、そば、パン、お菓子、ソースカツ丼、日本酒などを予定しています。

■参 加 特 典 ・開催第1回を記念したTシャツをプレゼントします。
サイズについては、S・M・L・XLサイズをご用意しています。
・パンケの湯の入浴券をプレゼント(当日のみ有効)
・ゴールした後に楽しめるお蕎麦の食事券をプレゼント(当日のみ有効)

■申し込み方法 ・町民の方は、企画課産業振興係に直接お申し込み下さい。
・申し込みの際に参加料のお支払いとTシャツのサイズを確認いたします。
・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。

■申し込み期限 ・9月8日(金) ※定員になり次第申し込みの受付を終了します。

■申込・問合せ先 企画課産業振興係(☎62-2223)

大会当日は、他市町村からも多くの方の参加が予想されますので、大会に参加されない方につきましても、当日参加者を見かけた際には、ぜひ温かい声援をお願いします。



運転免許証自主返納臨時出張窓口開設のお知らせ(要予約)

高齢などで運転に不安があり、免許証の自主返納を考えている方を対象に、役場内に「臨時出張窓口」を開設します。当日は、砂川警察庁舎に行くことなく運転免許証を返納することができ、同会場で町が行っている自主返納に伴う支援制度(65歳以上対象の5万円分のタクシー券交付)の申込も行えます。希望される方・詳しい手続きについて知りたい方は、総務課総務係へご連絡ください。

- 日 時 令和5年9月14日(木) 午前9時20分～正午、午後1時～3時
- 場 所 役場東館1階第3会議室
- 申込期限 9月12日(火) ※定員に達した時点で予約受付を終了いたします。
- 問 合 先 総務課総務係(☎62-2011)



マイナンバーカード申請臨時窓口開設のお知らせ(要予約)

平日、仕事などで役場に来られない方のマイナンバーカード申請やマイナポイント申請のために臨時窓口を開設しています。9月の開設日は次のとおりですので、希望する方は、住民課戸籍年金係へお申し込みください。なお、平日開庁時間でも、申請することはできますので、ご都合のよい日時にお越しください。また、平日役場に来庁できずマイナンバーカードを受け取っていない方も交付できますので、この機会にお申し込みください。

- 日 時 9月16日(土) 午前9時～正午
- 場 所 町民センター1階中会議室 ■定 員 30名
- 事前予約日 9月1日(金)～13日(水)まで
(定員に達した場合はその時点で予約受付を終了します。)
- 持 ち 物 (1)通知カード(紛失している場合は不要)
(2)身分証明書(写真付きの場合は1点、写真なしの場合は2点)
例：運転免許証、健康保険被保険者証、介護保険被保険者証など
(3)住民基本台帳カード(取得している方のみ)
※写真は臨時窓口会場で撮影することができます。
- そ の 他 当日4種類の暗証番号を設定していただきます。
①アルファベットと数字を組み合わせた6文字以上
②～④数字のみ4桁(②～④は同じ暗証番号でも良い)



町公式LINEからも
予約可能になりました

〈マイナポイントを申請する方〉※令和5年2月28日までにマイナンバーカードを申請した方が対象

- 持 ち 物 (1)マイナンバーカード
(2)マイナンバーカードに設定している4桁の暗証番号
(3)キャッシュレス決済ができるカード(ペコマカード、RARAプリカ、WAONカードなど)
(4)通帳またはキャッシュカード(公金受取口座を登録する方のみ)
※マイナポイントの申込期限は、令和5年9月30日までです。
- 予約連絡先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)

出張します!!マイナンバーカードの申請手続き

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。その他、マイナンバーカードの受け取り、マイナポイントの申請なども行うことができますので、ご相談ください。

- 問 合 先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)

豊かな自然が育んだ、中空知の恵みが大集合!

なかぞらち
大収穫祭

日時 9月30日(土)、10月1日(日)
午前10時～午後4時

会場 砂川ハイウェイオアシス館屋外北側
子どもの国敷地内



上砂川町はハチミツ・
ニジマス醤油・しいたけ
などを販売します!

中空知の5市5町が大集合!

砂川市・芦別市・赤平市・滝川市・歌志内市・
奈井江町・上砂川町・浦臼町・新十津川町・雨竜町

プレミアム付商品券販売事業について

町と上砂川商工会議所では、経済対策として20%割増のプレミアム付商品券を販売します。

予約申込となっております。申込受付は8月18日に終了しています。予約申込をされた方は9月上旬から順次購入引換券(ハガキ)がご自宅に郵送されますので、下記引換販売日に、希望したセット数を購入する現金と、到着したハガキを必ず持参して希望した会場で購入してください。

■プレミアム付商品券購入会場

日 に ち	会 場	開設時間
9月16日(土)	産業活性化センター	午前9時～午後3時
	鶺鴒本町生活館・下鶺鴒生活館	午前9時～正午
9月17日(日)	産業活性化センター	午前9時～午後3時
9月19日(火)～10月20日(金)	産業活性化センター	午前9時～午後5時※土日祝を除く

なお、引換券をお持ちの方は代理の方でも購入できます。10月21日以降、引換券は無効となりますので上記の期間にご購入ください。引換券の再発行はしませんので紛失にご注意ください。

予約申込が3,000セットに満たしませんでしたので10月3日(火)午前10時より、産業活性化センターで再販売しますので、予約をしていない方や町外の方はご購入ください。

不明な点がある場合は、上砂川商工会議所(☎62-2410)にご連絡ください。

秋もヒグマに注意！

9月2日(土)から10月31日(火)まで、「秋のヒグマ注意特別期間」です。

人身被害は主に春と秋に集中しており、被害件数の半分は山菜やキノコ採り中に発生しています。

山菜やキノコが豊富にあるところには、ヒグマがいると思ってください。

上砂川町でも、8月に5件の目撃情報がありました。そのうち4件は1m弱の小獣で、同じ個体だとすれば極めて危険な状況にあります。

(ヒグマに遭遇したとき)

1. ヒグマの目を見ながら、ゆっくり後退する。
2. 何があっても背を向けない。ヒグマは必ず後ろから襲います。
3. 子ヒグマを目撃した場合、絶対に近づかない。母ヒグマが必ずいます。



あなたが被害者にならない1番の方法は、ヒグマに遭わないことです。

健康の里づくり事業 燻製教室の開催について

■と き 9月22日(金)午前10時～(受付午前9時30分)

○送迎バス発着時間

■と ころ 上砂川岳温泉パンケの湯

■内 容 燻製づくりの基本を学びます。
養殖場でのニジマスの餌やり体験。

■参 加 費 無料

■参加特典 当日は350円で温泉に入浴できます。
ニジマスのお持ち帰り。

■締 切 9月19日(火)

■そ の 他 当日は無料送迎バスを運行いたします。
荒天等により養殖場へ行けない場合は、レクリエーションを実施します。

■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)

9:05 S55鶺鴒改良住宅入口(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 下鶺鴒東2丁目(電話ボックス前)
9:11 旧下鶺鴒生活館
9:12 下鶺鴒南1条2丁目(電話ボックス前)
9:16 鶺鴒本町生活館
9:16 緑が丘入口バス停前
9:17 セイコーマート前
9:18 中央ふれあいセンター前
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

「全町ポールウォーキング・パレード」の開催について

日頃から積極的に健康づくりを行っているみなさんにお知らせです。町民のみなさんの要望にお応えしてポールウォーキングのイベントを開催します！

今年度も炭鉱館から上砂川岳温泉パンケの湯までの約3 kmの少し長い距離を歩きます。

希望者は入浴もできますので、ぜひお誘いあわせのうえご参加を！

■内 容 ・ 2 班に分けて上砂川岳温泉パンケの湯までのポールウォーキングを実施

- ①炭鉱館からパンケの湯(約3 km)
- ②パークゴルフ場からパンケの湯(約1.3 km)
- ③パンケの湯に到着 ※午前11時20分頃解散(ふれあい号が出ます)
- ④入浴希望者は午後1時に出発(温泉バスが出ます)

■日時・場所 ・ 10月3日(火) 午前9時30分 炭鉱館集合

・ 雨天時は10月6日(金)に順延

・ 10月6日も雨天の場合はパンケの湯施設内でポール体操などを実施

■講 師 健康運動指導士 大場 康弘氏

■持 ち 物 タオル・飲み物・帽子・動きやすい服装 ※入浴希望者は入浴料・お風呂セット

■送 迎 ふれあい号・温泉バスが出ます

■そ の 他 ウォーキングポールを貸し出しします

■申込締切 9月15日(金)

■申込・問合先 福祉課地域包括支援係(☎62-3370)



☆新型コロナワクチン秋開始接種のお知らせ

9月20日より、初回接種(1・2回目接種)を終了した6か月以上すべての方を対象に追加接種が始まります。使用するワクチンは、オミクロンXBB.1系統株対応ワクチンです。

※予約方法が申込みになります。

■秋開始接種(9～3月)の対象者(町内での接種対象は12歳以上)

※6か月から11歳までの方は、9月中送付予定の個別案内をご確認ください。

・ 12歳以上で初回接種(1・2回目接種)が終了している方

■接種券発送スケジュール ※前回接種から3か月経過後に追加接種ができます。

・ 12歳以上の対象者へ9月上旬に接種券を送付します。接種を希望していて9月11日を過ぎてもお手元に届かない方は、健康推進課健康係へご連絡ください。なお、これまでに送付した接種券で接種していない方は、お手元にある接種券を使用することから新たに送付していません。

■町内個別接種・集団接種

・ 上砂川町立診療所 ～ 9月25日(月)～10月13日(金)の平日午前の診療時間内

・ 集団接種(町民センター) ～ 11月18日(土)、19日(日)、25日(土)、26日(日)

※無料送迎タクシー(乗合)は集団接種希望者(65歳以上)のみです。

※勤医協上砂川診療所の接種(外来)はありません。

■接種・予約方法

・ 予約開始は9月11日(月)からです。

・ 接種希望の医療機関等(個別接種希望の場合は町立診療所、集団接種希望の場合は健康推進課健康係)へ直接予約をします。

・ 接種を希望する場合は必ず予約が必要です。

■その他

・ 接種費用は無料です。

・ 初回接種がまだの方は、9月以降も引き続き接種することができますので、健康推進課健康係へご連絡ください。

■問合先 健康推進課健康係(☎62-2014)





検診に行こう！

子宮・乳・胃・肺・大腸・前立腺がん検診のお知らせ

子宮がん・乳がん検診と胃・肺・大腸がん検診を同時に受けることができます！
がんは、早期発見が重要です。健康のため、定期的に検診を受けましょう。

◆検診日程 令和5年10月25日(水) (受付時間は下記の表をご覧ください。)

◆検診会場 町民センター

◆検診内容・対象者・料金 上砂川町健康マイレージの対象事業です。

検診内容		検診料金	対象者
子宮がん	子宮頸がん	各 500 円	20 歳以上の女性 ※体部がん検診は、不正出血等 自覚症状のある方のみ
	子宮体部がん		
	経膣エコー	1,000 円	
乳がん	マンモグラフィー	500 円	30 歳以上の女性
	乳房エコー (定員 18 名)	1,000 円	30～49 歳の女性
胃がん・肺がん・大腸がん		各 500 円	40 歳以上
前立腺がん		1,000 円	40 歳以上の男性
エキノコックス		200 円	小学3年生以上
肝炎ウイルス		500 円	40 歳以上 ※検査を受けたことがない方のみ



◆受付時間

検診内容	受付時間
胃・肺・大腸と子宮・乳を一緒に受ける場合	8:30、9:00、9:30、10:00、10:30
胃・肺・大腸のみを受ける場合	7:00、7:30、8:00、8:30、9:00、9:30、10:00、10:30
子宮・乳のみを受ける場合	8:30、9:00、9:30、10:00、10:30、 ※午前は待ち時間が長くなることがあります。 12:00、12:30、13:00、13:30、14:00

※ただし、次に該当する方は経膣・乳房エコー及び前立腺がん検診以外の検診料金が免除されますので、申し込み時にその旨お申し出ください。

・町民税非課税世帯の方 ・生活保護世帯の方

※検診日時については、申し込み順とさせていただきます。

ただし、申し込み多数の場合は昨年受診していない方を優先としますのでご承知おきください。

※がん検診(子宮頸がん・乳がん)・肝炎ウイルスの無料クーポン券をお持ちの方は、無料で受けられますので、申し込み時にその旨お申し出ください。

◆その他 この検診は、保険証の種類に関係なく受診できます。年齢の上限もありません。

◆申込期間 9月1日(金)～10月6日(金) ※土日・祝日を除く

◆申込・問合先 健康推進課健康係(☎62-2014)

令和5年度全国学力・学習状況調査結果の概要について

この調査は、義務教育の機会均等とその水準の維持向上の観点から、全国的な児童生徒の学力や学習状況を把握・分析し、教育施策の成果と課題を検証し改善を図るとともに、学校における児童生徒への教育指導の充実や学習状況の改善等に役立てることを目的に実施されています。

調査は、学力に関わる「教科に関する調査」と生活習慣や家庭学習状況等に関わる「児童生徒質問調査」などで構成されています。

■対象学年 中央小学校 第6学年 14名
上砂川中学校 第3学年 13名

■実施日 令和5年4月18日



教科に関する調査

■実施教科 小学6年生 国語、算数
中学3年生 国語、数学、英語

■表示基準 全国、北海道平均正答率に対する、上砂川町児童生徒の平均正答率の差を下記のとおり今回7段階で表しました。

- | | | | |
|------------|--------------|------------|--------------|
| ①「上回る」 | ⇒+5ポイント以上 | ⑤「同程度(下位)」 | ⇒-1~-3ポイント未満 |
| ②「やや上回る」 | ⇒+3~+5ポイント未満 | ⑥「やや下回る」 | ⇒-3~-5ポイント未満 |
| ③「同程度(上位)」 | ⇒+1~+3ポイント未満 | ⑦「下回る」 | ⇒-5ポイント以下 |
| ④「同程度」 | ⇒±1ポイント未満 | | |

○中央小学校

	国語	算数
全 国	67.2%	62.5%
北海道	66.0%	61.0%
上砂川町(対全国)	下回る	下回る
上砂川町(対北海道)	下回る	下回る

○中学校

	国語	算数	英語
全 国	69.8%	51.0%	45.6%
北海道	69.0%	49.0%	44.0%
上砂川町(対全国)	下回る	下回る	下回る
上砂川町(対北海道)	下回る	下回る	下回る

児童生徒質問調査

調査は、基本的な生活習慣の状況、家庭学習の状況などについて児童生徒が該当項目を選択する調査になっています。

①睡眠時間と朝食

「毎日朝食を食べている・ほぼ食べている」割合は、小学生では85.7%、中学生では84.6%でした。また、「毎日同じぐらいの時刻に寝ている・ほぼ寝ている」割合は、小学生では100.0%、中学生では84.6%でした。併せて、「毎日同じぐらいの時刻に起きている・ほぼ起きている」割合は、小学生では100.0%、中学生では92.3%という結果になりました。

この結果により、小・中学生が朝食を摂っていない児童生徒が若干いること、中学生では起床・就寝する時間が一定でない傾向が見受けられることから、今後もより一層の基本的な生活習慣を身につける努力が大切です。

②家庭学習の状況

学校の授業以外にて、普段の勉強を1時間以上する割合は、中学生においては、全国や北海道の結果割合以下ですが、小・中学生とも自ら計画を立てて勉強する割合が全国平均よりも多いことから、これからも長時間ゲームやスマホをすることなく、不規則な生活にならない様、計画的に勉強に取り組む必要があります。

○普段1時間以上授業以外で勉強する

	中央小学校	中学校
全国	57.1%	65.8%
北海道	52.4%	59.0%
上砂川町	78.5%	46.2%

○普段家で自分で計画を立てて勉強する

	中央小学校	中学校
全国	70.7%	55.0%
北海道	74.5%	54.6%
上砂川町	78.6%	61.6%

これからも生活習慣の改善と計画的に学習する習慣を身につけましょう

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)



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のでぜひご利用ください。電話での相談も可能です。来園する場合は、電話での事前予約をお願いいたします。

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

お習字教室

- とき 9月2日、9日、30日
※いずれも土曜日
午前10時～11時
- ところ 上砂川児童館ホール
- 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。
※月謝は無料です。

☀おひさまルーム☀

～ ママのヨガ&親子でスキンタッチ！ ～

- とき 9月20日(水) 午前10時～11時30分
- ところ 認定こども園ふたば
- 対象 就学前の親子(祖父母も参加可能)
- 内容 ヨガ体験で心身ともにリフレッシュし、家庭で行える親子スキンタッチを学ぼう！
- 持ち物 水筒、着替え
- 申込 準備の都合上、9月14日(木)までに認定こども園ふたば(☎62-4254)へご連絡ください。

きっずとママのもしもしコーナー

- とき 9月21日(木) 午後1時30分～4時
- ところ 町民センター3階研修室(和室)
- 内容 保健師・栄養士による健康・育児相談
※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)

9月12日(火) 乳幼児健康診査・相談

- ところ：町民センター
- 持ち物(共通)：母子健康手帳、問診票一式(対象の方へ個別に送付)、バスタオル、こどもノート
- 連絡・問合先：健康推進課健康係(☎62-2014) ※欠席の場合は、必ずご連絡願います。

診断・診査	対 象	受付時間	備考
乳幼児健康診査 (・身体計測 ・栄養・生活 ・歯科相談 ※内科診察)	3・4か月児 (R5. 4.12～R5. 6.12 生まれ)	13:00	※股関節脱臼検診
	9・10か月児 (R4. 10.12～R5. 12.12 生まれ)		
	1歳6・7か月児 (R4. 1.12～R4. 3.12 生まれ)	12:30	歯科検診・フッ素塗布 ※歯ブラシ持参
	3歳0・1か月児 (R2. 7.12～R2. 9.12 生まれ)		
乳幼児健康相談 (・身体計測 ・栄養・生活 ・歯科相談)	6・7か月児 (R5. 1.12～R5. 3.12 生まれ)	9:45	離乳食の試食 ※子ども用スプーン・フォーク持参
	12・13か月児 (R4. 7.12～R4. 9.12 生まれ)	10:00	フッ素塗布 ※歯ブラシ持参
	2歳0・1か月児 (R3. 7.12～R3. 9.12 生まれ)		
幼児歯科相談	2歳6・7か月児 (R3. 1.12～R3. 3.12 生まれ)	9:30	

北海道 お米・牛乳 子育て応援事業について

道では、平成17年4月2日から令和5年9月30日までにお生まれのお子様がいる道内の子育て世帯に、北海道産のお米や牛乳が購入できる商品券等を支給する「北海道お米・牛乳子育て応援事業」の申請を受け付けています。

1世帯当たり、8,160円相当で

①6,160円分のお米券と2,000円分の牛乳贈答券のセット

②米と牛乳を購入できる8,160円分の電子クーポン

③北海道産米15kg から選べます。

申請が必要ですので、令和5年9月30日までにお忘れなくご申請ください。

詳細は専用ホームページ <https://hkd2023kosodate-ouen.jp/>

問い合わせは、専用窓口(☎011-350-7371)へ ※午前9時～午後5時



町民センター図書室だより

おすすめ絵本・児童書

◆バスが来ましたよ

文：由美村嬉々

絵：松本春野



目の病気から全盲になった男性が、地元小学生に助けられながら続けたバス通勤。「バスが来ましたよ」その声はやがて、次々と受け継がれ…。温かい小さな手の、そして小さな親切の物語。

- | | |
|--------------------------|----------|
| ◆かみはこんなに
くちゃくちゃだけど | ヨシタケシンスケ |
| ◆大ピンチずかん | 鈴木のりたけ |
| ◆ひみつのもりのいちねん | 柴田晋吾 |
| ◆あしたの てんきは
はれ？くもり？あめ？ | 野坂勇作 |

「秋のおすすめ小説」特集

今月の特集は「秋のおすすめ小説」です。

読書の秋に読みたい、季節感を感じられる小説を厳選しました。一口に秋と言っても、初秋から晩秋まで、秋の見せてくれる表情はさまざまです。初秋のどこか甘く切ない爽やかさ、深まっていく秋の紅葉に彩られた美しさ、そして晩秋の侘しさや物悲しさ…。小説の中の秋はいつも饒舌過ぎるくらい印象的です。大人の秋、青春の秋、恋愛の秋、食欲の秋など、秋の夜長を楽しめる本などいかがでしょうか。近くまでお越しの際は、町民センター図書室までお立ち寄りください！

おすすめ一般書

◆百年の藍

著者：増山実



- ◆夜果つるところ
- ◆ヨモツイクサ
- ◆ぼんぼん彩句
- ◆ストロベリームーン
- ◆みつばの泉ちゃん
- ◆この夏の星を見る
- ◆殺戮の狂詩曲
- ◆辻番奮闘記④ 渦中
- ◆奇跡のリンゴ
- ◆雄気堂々⑤
- ◆老人をなめるな
- ◆祝宴
- ◆ひとりぼぐし
- ◆派遣添乗員ヘトヘト日記

恩田陸
知念実希人
宮部みゆき
芥川なお
小野寺史宜
辻村深月
中山七里
上田秀人
石川拓治
城山三郎
下重暁子
温又柔
崎田ミナ
梅村達

●開室時間 午前9時～午後9時

●問合先 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

スマートフォン講座を開催します

スマホ初心者向け講座

「スマートフォンを購入したけど使い方が分からない」「使い方を聞きたいけど聞ける人がいない」とお悩みの方は、ぜひこの機会に実際に体験しながら学びませんか。

基本講座

- ・電話の入れ方、ボタン操作
- ・電話のかけ方、カメラの使い方
- ・アプリのインストール方法
- ・インターネットの利用方法
- ・地図アプリの利用方法
- ・コミュニケーションアプリの利用方法

応用講座

- ・マイナンバーカードの申請方法
- ・マイナポータルの活用方法
- ・健康保険証利用登録
- ・全国版救急受信アプリの利用方法
- ・自治体提供オンラインサービスの利用方法

日付	会場	講座
10月11日(水)	下鷗生活館	基本講座
10月17日(火)	下鷗生活館	応用講座
10月26日(木)	鶉若葉生活館	基本講座
11月1日(水)	鶉若葉生活館	応用講座
11月8日(水)	朝駒集会所	基本講座
11月14日(火)	朝駒集会所	応用講座
11月15日(水)	上砂川町役場	基本講座
11月21日(火)	上砂川町役場	応用講座
12月6日(水)	下鷗生活館	基本講座
12月7日(木)	鶉本町生活館	基本講座
12月13日(水)	下鷗生活館	応用講座
12月14日(木)	鶉本町生活館	応用講座

■時 間 午後1時～4時30分

■定 員 各回8名

■講 師 コネクシオ株式会社

■持ち物 筆記用具、ご自身で現在使用しているスマートフォン

※貸出機が必要な方は、申込時にお伝えください。

■その他 講座はどちらかのみでも受講できますが、どちらも受講することで理解が深まります。



フォローアップ講座(昨年度スマートフォン講座を受講した方向け)

スマートフォンの基本操作の振り返りとカメラ機能等を使用してさらにスマートフォンを便利に利用する方法を体験します。講座終了後には、操作方法や機種変更の相談が行える相談会を開催します。

①スマホの基本とLINE体験

- ・AndroidとiPhoneの違い
- ・マップとカメラを使った基本操作の確認
- ・LINEの操作方法の確認

②スマホの便利な使い方体験

- ・カメラの操作確認、QRコード読み込み体験
- ・GoogleレンズやGoogleアシスタントの体験

■時 間 午前10時～正午 / 午後1時30分～3時30分

※午前・午後の2回開催(同じ内容)

■定 員 各回10名

■講 師 ソフトバンク株式会社

■持ち物 筆記用具、ご自身のスマートフォン
(相談会に参加する方)

※講座は貸出機(android)を使用します。

日付	会場	講座
10月20日(金)	ふれあいセンター	スマホの基本とLINE体験
11月9日(木)	ふれあいセンター	便利な使い方・相談会
11月28日(火)	上砂川町役場	スマホの基本とLINE体験
12月4日(月)	ふれあいセンター	便利な使い方・相談会
12月18日(月)	ふれあいセンター	スマホの基本とLINE体験
1月11日(木)	ふれあいセンター	便利な使い方・相談会

参加を希望する方は電話またはLINEから申し込みください。

■申込先 総務課デジタル推進担当係(☎0125-62-2012)

※定員に達し次第、受付終了となります。





まちの話題

7月25日 健康の里づくり事業～ヨガ教室～



パンケの湯で開催され、5名の方が参加し、ヨガを用いた体の不調改善方法等について学びました。

7月28日 社協・日赤たすけあい
ビールパーティ



町民センターにて4年ぶりに開催され、約150名が参加しました。益金は、日本赤十字社へ寄附されます。

8月2日 無縁物故者供養式
炭鉱殉職者慰霊追悼式



町営墓地で無縁物故者供養式が、炭鉱館横で炭鉱殉職者慰霊追悼式が、関係者列席のもとそれぞれ執り行われました。

7月25日 第1回ケアサポーター養成講座



名寄大学准教授 中村育子先生を講師にお迎えし、冷凍食品やレトルト食品を使った簡単に作ることのできる食事について学び、栄養満点のお弁当を試食しました。

8月1日 地域プロジェクトマネージャー委嘱状交付式



勝長拓也氏が、地域プロジェクトマネージャーとして委嘱されました。

8月3日 福井市鶉地区小学生交流事業出発式



8月3日～6日にかけて福井市鶉地区を訪問する中央小学校5・6年生6名が役場庁舎にて出発式を行い、抱負などを発表しました。

8月5日 認定こども園ふたば セタ祭り



認定こども園で開催され、子どもたちは音楽に合わせた親子での遊びやヨーヨーすくいなどのゲーム、バザー等を楽しみました。

8月6日 核兵器の廃絶と世界恒久の 平和を願う上砂川町の集い



役場駐車場で行われ、町民約80人が集まり、子どもたちを代表して上砂川中学校生徒会長の米田康平さんが平和への誓いを述べました。

8月8日 夏休みこども食堂



町民センターにて、小学生とケアサポーターで夏野菜いっぱいカレーとゼリー作りを行い、保護者とおいしく食べました。

ご厚志ありがとうございます。

〇上砂川町へ 中空知地区自動車販売店会 様



令和5年度 上砂川町民芸術鑑賞

入場
無料

お笑いライブ



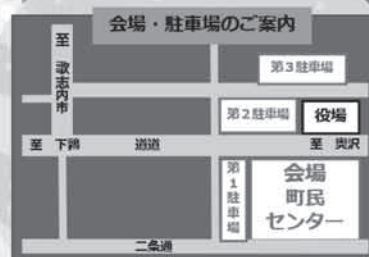
銀シヤリ



コロネット



スクラップル



日時：9月24日（日）開場14：00 開演14：30

場所：上砂川町民センター 2F大会議室

入場の際は整理券が必要になります！（先着150名まで）

【事前配布期間】※整理券に余りがある場合は当日会場にて配布します。

先行配付（町民限定）：8月11日～9月8日

一般配付（町内外問わず）：9月9日～9月22日

【配布場所】

教育委員会社会教育係（0125-62-2881）

町民センター（0125-62-5225）

ふらっと（0125-74-6400）

パンケの湯（0125-62-2526）

【オンライン申込】※9/20まで

右のQRコードより、LINEの
フォームにてお申込できます。

※申込多数の場合は抽選に
なる場合があります。

QRコード（申込用）



※上砂川町公式アカウントと
友達登録が必要になります。

主催：上砂川町教育委員会

TEL：0125-62-2881

ゼロカーボンチャレンジ！

節電は地球環境の未来を守る取り組みです。9月30日までの期間で取り組んでみませんか。

夏の節電について



道民の皆様におかれましては、日頃から省エネ・節電にご協力いただき感謝申し上げます。

この夏も、日々の暮らしの中で、是非省エネや節電に積極的に取り組みましょう。



電力の需給ひっ迫があらかじめ想定される時には、国や電力会社から事前に情報が提供されます。

需給ひっ迫 準備情報

2日前に予備率が5%を下回る見通しの場合、一般送配電事業者より発信

需給ひっ迫 注意報

1日前または当日に予備率が3～5%の見通しの場合、資源エネルギー庁より発令

需給ひっ迫 警報

1日前または当日に予備率が3%を下回る見通しの場合、資源エネルギー庁より発令

※予備率：電力需要に対して供給余力の余裕がどの程度あるかを示したもの

詳しくは経済産業省
ホームページの
省エネポータルサイトを
ご覧ください。



小まめにチェック
するでござる！



でんき予報をチェック！

電力需給情報サイト「でんき予報」では、その日の電力の供給力と使用状況をお知らせしています。夕方には翌日の予報も発表されます。

省エネポータルサイト

検索

※経済産業省ウェブサイト(https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saving/)
「省エネポータルサイト」をもとに作成



北海道エリア でんき

検索

※ほくでんネットワークウェブサイト
(http://denkiyoho.hepco.co.jp/area_forecast.html)



本事業はSDGsのうち、主に次のゴールの達成に資するものです。

※SDGs(Sustainable Development Goals)とは、2015年9月に国連で採択された、先進国を含む2030年までの国際社会全体の開発目標で、17のゴール(目標)と169のターゲットで構成されています。



〈出典：北海道経済部〉

■問合せ先 建設環境課脱炭素推進担当係(☎62-2221)



交通安全だより

ながら
運転は
やめましょう!

運転中のスマートフォンや
カーテレビの使用は、視線
が画面に集中して、周りに
注意が向きません。



★ 前車への追突などに
つながります ★



すべての人
が対象!

自転車乗車中のヘルメット着用
努力義務に一



臨機応変で 事故防止!

令和5年 秋の全国交通安全運動

..... 交通事故死ゼロを目指す日 令和5年9月30日(土)

運動期間 令和5年9月21日(木)から30日(土)までの10日間

年間スローガン ストップ・ザ・交通事故〜めざせ 安全で安心な北海道〜

毎月15日は、
「道民交通安全の日」

- 運動重点
- (1) こどもと高齢者を始めとする
歩行者の安全の確保
 - (2) 夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び
飲酒運転等の根絶
 - (3) 自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
 - (4) スピードダウンと全席シートベルトの着用



上 砂 川 町 ・ 上 砂 川 町 議 会
上砂川町交通安全推進委員会・上砂川町議会議員会
上砂川商工会議所青年部・上砂川建設業協会
上 砂 川 町 老 人 ク ラ ブ 連 合 会

歩行者・自転車利用者
ドライバーの皆さん

夕暮れ時・夜間は危険がいっぱい！

こんな行動していませんか？

夕暮れ時・夜間は
なぜ危険なの？

？



夕暮れ時は

明暗の境目がぼやけ、モノの形や色が見えにくくなります。また、秋は夕暮れの時間帯と交通量が増える帰宅時間帯が重なり、特に街なかでは、交通量が増えて混雑します。

夜間は

暗やみのなかでは、あらゆるものの立体感が乏しくなるため、昼間と同じようには見えません。また、一日の疲れなどにより注意力が低下しがちです。

だから

昼間以上に慎重な行動を心がけましょう！

安全確認をせずに
いきなり道路を横断するのは…

危険！

★ドライバーからは歩行者がよく見えていないので、横断前に必ず一度立ち止まり、右左を見て、車がきていないか確認してから道路を渡りましょう。また、明るい色合いの服装で目立つようにしましょう。

ドライバーは…

薄暗くなってきたら早めにライトをつけて、道路脇に歩行者がいないか探しながら運転！



青信号だからといって
前だけ見て横断するのは…

危険！

★車のライトは照らせる方向が固定されているので、曲がってくる車の側方にいるとライトの光が当たらず見落とされやすくなります。横断前、そして横断中も周囲を見渡し、近づいてくる車を確認しましょう。

ドライバーは…

交差点を右・左折する前に、横断歩道やその付近に歩行者や自転車がいなかったか確認！



ライトをつけずに
自転車を運転するのは…

危険！

★自転車が暗やみにまぎれてドライバーに見落とされやすくなるので、薄暗くなってきたら必ずライトを点灯しましょう。

ドライバーは…

無灯火の自転車がいないか警戒し、自転車の早期発見に努める！



常にライトを
下向きのまま運転するのは…

危険！

★前方の駐車車両やカーブに気づくのが遅れ、追突や路外転落といった事故を起こす危険があるので、先行車や対向車がないときは、こまめにライトを上向きに切り替えるようにしましょう。



飲酒運転の危険性を理解していますか？



心身機能が低下する…

ビール1缶(350ml)程度の飲酒でも、動体視力などの心身機能は確実に低下し、視野も狭くなり、危険の見落としや発見の遅れを招きます。



酔いはなかなかさめない…

飲酒后1～2時間でハンドルを握る人もいますが、ビールを500ml飲んだだけでも、体内のアルコールが分解されるまでに4時間以上かかります。



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)

消費生活相談員募集

- 募集職種 消費生活相談員
(パートタイム会計年度任用職員)
- 勤務内容 消費生活相談、消費者協会事務全般
- 募集人員 1名
- 勤務時間 平日(土日祝日、年末・年始の休日を除く)
午前8時45分～午後3時 休憩時間45分
- 給 与 日額6,944円
- 雇用期間 契約日から令和6年3月31日(1年更新)
- 採用条件 健康な方
- 選考方法 面接による(随時実施)
- 申込方法 市販の履歴書に顔写真を貼付し提出
- 申込・問合せ先 企画課産業振興係(☎62-2223)

臨時栄養士募集

- 募集職種 栄養士(パートタイム会計年度任用職員)
- 勤務内容 栄養士業務一般
- 募集人員 若干名
- 雇用期間 契約日から令和6年3月31日
- 採用条件 栄養士の資格を有する方
- 選考方法 面接による
- 申込方法 市販の履歴書に顔写真を貼付し、
栄養士免許の写しを添えて提出
- 申込締切 9月15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
9月5日(火)	役場東館1階第4相談室	山内 崇史 弁護士
9月19日(火)		村田 雅彦 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。

■申込・問合せ先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)



消防設備士試験 危険物取扱者試験のご案内

■消防設備士試験

試験日	試験地	種類	受付期間	
			書面申請	電子申請
10月15日(日)	札幌市	全種	9月4日(月) ～ 11日(月)	9月1日(金) ～ 8日(金)
11月19日(日)	旭川市	全種	9月22日(金) ～ 29日(金)	9月19日(火) ～ 26日(火)

■危険物取扱者試験

試験日	試験地	種類	受付期間	
			書面申請	電子申請
11月19日(日)	札幌市	全種	9月22日(金) ～ 29日(金)	9月19日(火) ～ 26日(火)
	旭川市	全種		
	滝川市	乙種 丙種		

■申込方法

申込用紙は、上砂川支署にあります。

また、インターネットからの申し込みも可能です。

消防試験研究センター

(URL～<https://www.shoubo-shiken.or.jp>)

■問合せ先 砂川消防署上砂川支署予防係(☎62-2021)

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)

パート求人募集 時給1,000円

経験・資格不問。年齢44歳以下(相談可)

○仕事内容 医療用顕微鏡ガラス製造での補助的軽作業、座ってできる仕事です。

○勤務時間 午前8時30分～午後5時30分で3.5時間～5時間位(相談可)

○通勤費 実費支給 ※マイカー通勤可

○昇給/有給 昇給有り/6カ月勤務後、有給支給

○雇用保険 1週間当たり20時間勤務で雇用保険加入

子育てしながら好きな曜日、時間帯で働いてみませんか？

おかげさまで創業30年、女性が多く明るい職場です。

マイクログラス株式会社

上砂川町字上砂川1番地6
☎62-5959

情 報 掲 示 板

令和5年度 防衛大学校学生、防衛医科大学校学生(医学科・看護科)、自衛官候補生の募集について

募集種目	資 格	受付〆切日	試 験 日
防衛大学校学生 (一般採用)	R6年4月1日現在 18歳以上21歳未満の者	R5年10月18日	1次：R5年10月28日 2次：R5年12月1・2日 のうち指定された日
防衛医科大学校学生 (医学科)	高卒者(見込み含む。) または高専3年次修了 者(見込み含む。)	R5年10月11日	1次：R5年10月21日 2次：R5年12月13～15日 のうち指定された日
防衛医科大学校学生 (看護科)	詳しくはお問合せくだ さい。	R5年10月4日	1次：R5年10月14日 2次：R5年11月25・26日 のうち指定された日
自衛官候補生 (女子)	18歳以上33歳未満の者 現在32歳の方は生年月 日により応募の可否が 変わります。 詳しくはお問合せくだ さい。	年間を通じて行っております。 第4回：R5年11月9日 第5回：R5年12月8日	第4回：R5年11月19・20日 のうち指定する日 第5回：R5年12月16・17日 のうち指定する日
自衛官候補生 (男子)			

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、受付期間および試験日が変更・延期される場合があります。また、自衛官候補生は募集定員に達した時点で年度内の募集を終了する場合があります。

詳しくは、自衛隊札幌地方協力本部ホームページ(<http://www.mod.go.jp/pco/sapporo>)をご確認いただくか、自衛隊札幌地方協力本部滝川地域事務所(☎22-2140)までお問い合わせください。

☆献血のお知らせ



献血車が来町しますので、皆さまのご協力をお願いいたします。

- と き 9月19日(火) 午後3時～4時30分
- と ころ 町民センター駐車場
- 問合先 健康推進課健康係(☎62-2014)



「第47回みんなの消費生活展」のお知らせ

■と き 10月7日(土) 午前10時から午後3時

■と ころ 町民センター

＜不用品募集＞ 家庭に眠っている不用品(未使用品)、洗濯済み衣料品を募集します。

※受け取れない物

- ・開封済みの日用品(例…シャンプー等)
- ・使用済みの物品(例…せともの、器類等)
- ・洗濯していない衣類等

■募集期間 9月20日(水)まで ※消費者協会事務局へご連絡をお願いします。

■そ の 他 消費生活展の詳細については、10月号広報をご覧ください。

■問 合 先 上砂川消費者協会(☎62-2243 平日午前8時45分～午後3時)

**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 サクライ
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。

下鶯南2条1丁目3-1 (☎62-5252)

『北海道水資源の保全に関する条例』に基づく事前届出について

この条例は、水資源の保全に関する施策を総合的に推進し、本道の豊かな水資源がもたらす恩恵を現在と将来の世代が享受できるよう、道民の総意として制定したものであり、水資源保全地域に指定された区域内で土地取引行為を行う場合は、

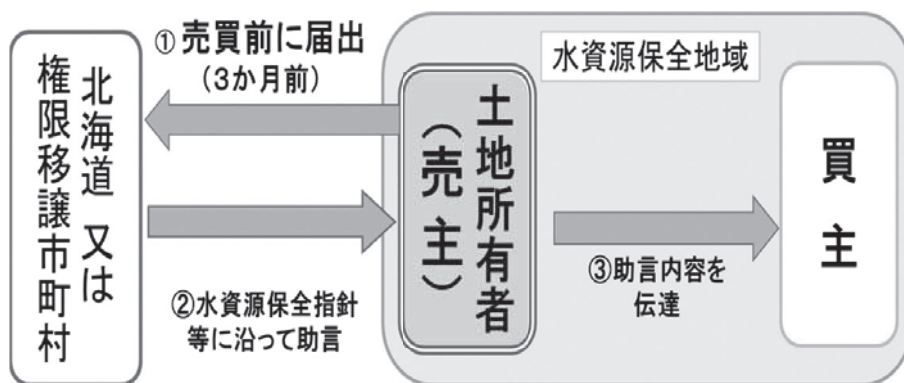
土地の権利者は、契約締結の3か月前までに知事へ届出が必要です。

【届出先】

・各総合振興局・振興局
地域創生部地域政策課

又は、

・権限移譲市町村
稚内市、北斗市、
倶知安町、上富良野町、
下川町、枝幸町、
厚真町、むかわ町



届出先は、土地の所在する北海道総合振興局・振興局、道の事務の権限移譲市町村（上記8市町）です。

また、指定地域は、地域を管轄する道総合振興局・振興局、北海道のホームページでも確認できます。

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/stt/mizusigen/mizusigen.html>

問い合わせ先 北海道総合政策部計画局土地水対策課水資源保全係
TEL 011-204-5178

スキルアップセンター空知 令和5年度 公共職業訓練

- 訓練科名 パソコン基礎科⑩ ■定員 15名 ■訓練期間 12月20日(水)～3月19日(火)
- 訓練施設 スキルアップセンター空知 ■受講料 無料
- 内 容 初心者を対象に、パソコンソフト(ワープロ・表計算・プレゼンテーション)の基本操作を習得します。また、インターネットや様々な情報を扱う上でのセキュリティ知識を身に付けます。
- 対象者 一般求職者(公共職業安定所長の受講指示・受講推薦または支援指示が受けられる方)
- 募集期間 10月20日(金)～11月21日(火)
- 申込方法 最寄りのハローワークにてご相談のうえお申込みください。
- 問 合 先 スキルアップセンター空知(☎24-1880)

「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



あなたの
悩みに
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

医者を選ぶための10項目

上砂川町立診療所 小松正伸

辛口のお話で私たちを楽しませて2016年に亡くなった永六輔さん、中村八大さんと組んで坂本九さんの歌った「上を向いて歩こう」など多くのヒット曲を作詞、「大往生」という本はベストセラーになりました。自分がパーキンソン病となっても病氣と向き合いながら、ラジオパーソナリティとして最後までマイクの前に立ち続けて、その語り口を届けてくれました。

以前、永六輔さんの講演を函館まで聴きに行ったことがあります。開演時間前に現れたかと思うと、立て板に水のような早口で話し始めました。早口なのにとってもわかりやすく、時には医者にとって耳の痛い事を言われ、お年寄りにはホロリとするような人情味があって、笑いと涙のさわやかな感動を残してくれた、すばらしいお話でした。あの声をもう聞けないのが残念だと思うのは、きっと私だけではないでしょう。

永六輔さんは知り合いのお医者さん、鎌田実先生（あの「がんばらない」「あきらめない」「病院なんか嫌いだ」などの本で知られている）に、「医者を選ぶ10項目」を作ってもらったそうです。全部をご紹介します。

1. 話をよく聞いてくれる医者
2. わかりやすく説明する医者
3. 薬に頼らず生活上の注意をしてくれる医者
4. 必要があれば専門医を紹介する医者
5. 家族の気持ちを考えてくれる医者
6. 地域の医療福祉を熟知している医者
7. 医療の限界を知っている医者
8. 患者の悲しみやつらさも理解してくれる医者
9. セカンドオピニオンを紹介してくれる医者
10. 本当のことを言ってくれる医者



鎌田先生は医者の中から見た良い医者、「こういうお医者さんにかかりなさい」という目安を、実にていねいに示してくれています。そこで永六輔さんが、鎌田先生に「こういう医者がありますか？」とたずねたところ、鎌田先生は「いません」と答えたそうです。皆さんがふだんかかっているお医者さんは、どうですか？

でもこの10項目は、地域の人たちを見守る医師には、とても大切なことというか、あまりにも当たり前。私はこの25年間、地域の人たちにいろいろと教えられながら、ずっと続けてきたことです。大きい病院のように3時間待って3分診療、医者はパソコン画面ばかり見て患者さんの顔を見ない、患者さんのお話をじっくり聞かないし触ってもくれない、検査の必要性を説明しないでいきなり採血やレントゲンの検査、検査結果も十分説明しないまま、結果を印刷した紙きれ一枚と処方箋を持たされて、「お大事に」と患者さんは診察室から出されてしまう。これじゃあ、患者さんがあまりにかわいそう。全然「大事に」されていない。忙しさに紛れて患者さんを流れ作業でさばくのではなく、じっくりと患者さんに向き合う姿勢が、地方の医者には必要なのです。さらに地域の医療を担う医師は、地域の実情を知り、患者さんの生活を知っていないと、この10項目は満たせないでしょう。ですからこの10項目には、地域医療のあるべき姿が描かれているとも言えます。ぜひ皆さんも、こういう医者を見つけて、自分の主治医にしてください。

私はいま、自分で診ている患者さんは、どこに住んで、ふだんはどんな生活をしているのだろうかということを知りたくて、時間のある時には患者さんを車で自宅までお送りしています。医者が活動するのは、診察室の椅子の上だけじゃない、座ってばかりじゃ尻に床ずれができそう、痔だつて悪くなるかもと、いつも気をつけています。

はたして私は10項目のいくつに、患者さんから合格点をもらえるか、心配だな～。

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
ヘルプステーション サンシャイン
TEL 63-2477 FAX 63-2478
〒073-0201 上砂川町中央北1条1丁目2-1
（旧 上砂川駅前）

みんなの 国民年金

■老齢基礎年金の繰上げ受給と繰下げ受給

[繰上げ受給]

老齢基礎年金は、原則として65歳から受給することができますが、希望すれば60歳から65歳になるまでの間も繰上げて受給することができます。

しかし、繰上げ受給の請求をした時点(月単位)に応じて年金が減算され、その減算率は一生変わりません。

減算率は次のとおりです。

請求時の年齢	減算率
60歳0ヵ月～60歳11ヵ月	19.6%～30.0%
61歳0ヵ月～61歳11ヵ月	14.8%～24.0%
62歳0ヵ月～62歳11ヵ月	10.0%～18.0%
63歳0ヵ月～63歳11ヵ月	5.2%～12.0%
64歳0ヵ月～64歳11ヵ月	0.4%～6.0%

[繰下げ受給]

繰下げ受給は、65歳から受給することができる年金を66歳以降に受給することを言います。この場合の増額率は、繰下げ請求を申し出た日の年齢に応じてではなく、月単位で年金額の増額が行われることとなります。また、その増額率は一生変わりません。

増額率は次のとおりです。

請求時の年齢	増額率
66歳0ヵ月～66歳11ヵ月	8.4%～16.1%
67歳0ヵ月～67歳11ヵ月	16.8%～24.5%
68歳0ヵ月～68歳11ヵ月	25.2%～32.9%
69歳0ヵ月～69歳11ヵ月	33.6%～41.3%
70歳0ヵ月～70歳11ヵ月	42.0%～49.7%
71歳0ヵ月～71歳11ヵ月	50.4%～58.1%
72歳0ヵ月～72歳11ヵ月	58.8%～66.5%
73歳0ヵ月～73歳11ヵ月	67.2%～74.9%
74歳0ヵ月～74歳11ヵ月	75.6%～83.3%
75歳0ヵ月	84.0%

受給方法について、ご不明な点がございましたら、砂川年金事務所(☎28-9002)にお問合せください。

ほくもんフリーローン『まねき猫』

ご融資金利 年5.0%、年7.0%、年9.0%、年14.0%
(固定金利・保証料含む) (令和4年10月1日現在)

※ご融資金利は保証会社の審査のうえで決定させていただきます。
※さらにお取引内容によって上記金利より年0.20%優遇いたします。

・ご融資額 500万円以内 ・ご利用期間 10年以内

※保証会社の審査によって、ご希望に添えない場合があります。
※詳しくは当金庫本支店窓口にお問い合わせください。

北門信用金庫 上砂川支店 Tel62-2211

他金融機関、クレジット、消費者金融

ご利用中のローンの借換もOK



北門信用金庫

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
12:57	中央3丁目
12:58	町民センター
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。

【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	11:58
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

【毎週水曜日の夕方便】

S55鶉若葉改良住宅入口(プール下)
午後4時発も運行中!

【毎週土曜日砂川からの便】

さわやかトイレ前	11:58
パンケの湯着	12:02

○パンケの湯26周年感謝祭!

- ・日頃のご愛顧に感謝し、9月4日(月)～10日(日)までプレミアム回数券を販売いたします。
通常12枚綴5,000円のところ14枚綴にて販売!
- ・ビンゴゲーム大会 8日(金) 午前11時から
施設利用券・入浴券等多数景品を用意しております。
- ・5日・6日・7日はスタンプ3個押印。

※帰りは温泉発 13:40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。

○野生動物が出没しております。

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。また、動物が飛び出しますので、車の安全運転を心がけてください。

○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

上砂川岳

上砂川駐在所
☎62-2044

下鶉駐在所
☎62-2069

秋の全国交通安全運動の実施

9月21日(木)から30日(土)までの10日間「秋の全国交通安全運動」が実施されます。

日没が早まりますので、ドライバーの皆さんはライトを早めに点灯し、対向車や前車がない時には、ハイビームに切り替えましょう。

歩行者の皆さんは、明るい服装や反射材を身に付けて、自分の存在をアピールしましょう。

9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」です

1人1人が交通ルールを正しく守り、**交通事故死ゼロ**を目指しましょう！



詐欺に注意！！

特殊詐欺被害が全国各地で発生していて、不審な電話やメールが確認されています。

不審な電話やメール等を受けた際は、詐欺被害に遭わないよう、すぐに警察署、駐在所または#9110にご相談ください。



災害に備えましょう！！

5年前の2018年9月6日、北海道胆振東部地震が発生し、北海道はブラックアウトになりました。

「あの時思った備えを
今できていますか？」

万が一の災害に
備えましょう。

※避難指示が出た際には
速やかに避難を！



クマに注意！！

9月は、ヒグマが冬眠に備えるため、食料を探して活動が活発になります。

熊と遭遇しないようにするため、

- ・複数で行動する
- ・音で存在を知らせる
- ・足跡やフンを見かけたら
すぐに引き返す
- ・薄暗い時間の行動を避ける

などに気をつけて
行動しましょう。



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 下鶉東2丁目2-4

☎0125-62-2458 携帯:090-2053-6448

リカーショップ **よしかわ** ☎62-2727

9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時半(日・祝 午後5時迄)
電話1本で送迎サービスいたします。

※9月3日、10日、17日、23日、24日はお休みさせていただきます。

人の動き(7月15日～8月14日)

お悔やみ申し上げます。

氏名	住所	年齢	月日
市瀬 弘さん	下鶉	87歳	7月20日
松田 正夫さん	朝駒	89歳	7月28日
村上 房子さん	東鶉	90歳	8月2日

町営住宅入居者募集

町では、東鶉・緑が丘(3階建)・中央を除く町営住宅の入居者を募集しています。

その他の住宅も募集していますが、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。

■問合せ 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

水洗化済み・修繕済みの住宅(8月15日現在)

団地名	間取り	団地名	間取り
下鶉団地	平屋 2DK	朝陽台改良団地	2階建 3LDK
下鶉学校下団地	平屋 3DK	下鶉改良団地	2階/2階建 3LDK
鶉改良団地	メゾネット 3DK	鶉若葉台改良団地	1階/2階建 3LDK
		鶉若葉改良団地	メゾネット 3DK

住宅入居時には、敷金として家賃の2か月分が必要です。

9月のゴミ収集日

■問合せ 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

資源ごみ

曜日	第1水曜日(9月6日) 第3水曜日(9月20日)	第2水曜日(9月13日) 第4水曜日(9月27日)
地域	下鶉・緑が丘 鶉本町・鶉	東山・朝駒・本町 中町・東鶉・中央

- 午前8時まで拠点に出してください。
- 空き缶・空きびんは、ゆすいでから拠点に出してください。
- 必ず栓(せん)を抜いてから拠点に出してください。
- ダンボール・新聞紙は梱包して、雑紙は紙袋に入れるか梱包して資源ごみで出してください。

燃やせないごみ・危険ごみ・小型家電

9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・鶉・中央・朝駒・本町
毎週火・金曜日 下鶉・鶉本町・東鶉・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ごみ袋には名前を書きましょう
- ③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

粗大ごみ

9月20日(第3水曜日)

- 午前8時まで拠点に出してください。
- 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。)



エクルンドABでは音楽教室(声楽、ピアノ、フルートなど)、キッチンカー誘致、玄関商店みくろこすの運営などを行っています。
詳細はQRコードからお願いいたします。







社協だより 社会福祉 **かみすながわ**

令和5年9月1日発行
編集発行
社会福祉法人
上砂川町社会福祉協議会

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

赤い羽根共同募金運動が始まります

運動期間：10月1日～12月31日

皆様のご協力をお願いします。

10月1日から「赤い羽根共同募金運動」が全国一斉に始まります。上砂川町でも、毎年、多くの町民の皆様の温かいご協力をいただきながら、共同募金運動を実施しております。

本年も、共同募金にご理解とご協力をお願いいたします。

共同募金の使われ方

上砂川町の地域福祉を推進する事業に助成されます。

- ・小地域ネットワーク活動
- ・民生児童委員活動
- ・福祉団体への活動支援
- ・社協だより発行事業 など

共同募金運動期間

赤い羽根募金
10月1日～12月31日
歳末たすけあい募金
12月1日～12月31日

戸別募金のお願い

9月下旬頃から各町自治会・町内会の役員の方々がお伺いしますので、皆様のご協力をお願いします。

募金受付・お問合せは 上砂川町共同募金委員会（上砂川町社会福祉協議会 ☎ 62-2882）

じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金



社協事業へのご芳志ありがとうございます。

社会福祉の増進のためのご寄付や故人となられた方の生前謝意など、次の方から社会事業のためにご厚志を賜りました。心よりお礼を申し上げます。

月	ご 芳 名	寄 贈 名 目
3	白川 佳江	夫の生前謝意として
5	上砂川地区メーデー 実行委員会	社会福祉事業へ
5	小塚 登志雄	妻の生前謝意として
6	竹内 順導	妻の生前謝意として
6	渡部 敬子	夫の生前謝意として

令和5年度 事業計画

～安心して暮らせる地域づくりを目指して～

【事業計画】

少子高齢化や家族構成の変化などに伴い、一人暮らし高齢者や認知症高齢者が徐々に増加している中、社会的孤立など深刻な生活課題が顕在化しています。

また、国際的な原油価格、原材料価格の上昇、さらには電気・ガス料金、食料品や生活必需品などの物価高騰は、住民生活に大きな影響を与え、格差や分断などの社会問題も深刻化しています。

今後は、「アフターコロナ」における地域福祉のあり方を確立していくことが重要となってきたことから、既存の福祉制度だけでは解決できない地域課題や生活ニーズに対応するため、行政や関係団体等と連携を図りながら、高齢者や障がい者をはじめ町民の地域福祉向上を目指し住民から理解される事業を展開します。

【主な活動推進項目】

1. 社会福祉活動の推進

- (1) 広報活動の充実【法人運営事業】
- (2) 社会福祉大会の実施【法人運営事業】
- (3) 心配ごと相談所開設【法人運営事業】
- (4) 日常生活自立支援事業【法人運営事業】
- (5) 生活福祉資金貸付事業【生活資金貸付事業】

2. 高齢者福祉活動の推進

- (1) 一人暮らし高齢者ふれあい昼食会の実施【生活支援総合事業】
- (2) 配食サービス事業【受託事業】
- (3) 安否確認サービス事業【受託事業】
- (4) 救急医療情報キット配布事業【受託事業】
- (5) 小地域ネットワーク事業の推進【共募配分金事業】
- (6) 車椅子貸出事業【法人運営事業】
- (7) 生活支援体制整備事業【生活支援総合事業】



社会福祉大会の様子

3. 福祉関係組織の活動支援

- (1) 団体事務 : ①老人クラブ連合会 ②身障福祉協会 ③赤十字奉仕団
- (2) 委任事務局 : ①生活福祉資金貸付事業(道社協) ②日常生活自立支援事業(道社協)
③上砂川町共同募金委員会(道共募)
- (3) 団体・組織に対する助成及び支援【法人運営事業・共募配分金事業】
- (4) 募金活動 : ①共同募金運動【共募配分金事業】 ②社協・日赤たすけあいピールパーティー事業

4. 諸会議の開催【法人運営事業】

- (1) 理事会 (2) 評議員会 (3) 監事監査 (4) 正副会長会議 等



ふれあい昼食会の様子



ケアサポーター養成講座の様子

こんな時代だからこそ、一緒に楽しもう！

上砂川町の福祉活動紹介



様々な活動がありますよ！ぜひ参加してみませんか？

どの活動も、“自分の為に”と参加している方がほとんどです。

でも、実はそれが身近な地域での支え合いや助け合いの地域福祉活動につながっています。

気になる活動があれば、お気軽に社会福祉協議会（TEL:62-2882）までご連絡ください。希望する活動にお繋ぎいたします！

ぜひ、一緒に楽しみながら活動してみませんか。

ケアサポーターとしても活躍できる活動をご紹介します！

1

Go! Go! スマイル東山

毎週金曜日午前9時から東山高齢者住宅でラジオ体操を行った「Go! Go!」掛け声で始める、楽しく笑顔でポールウォーキングをしています♪

2

ビューティー 中央

毎週火曜日午後1時から中央集会所でラジオ体操とポールウォーキングを行っています♪ポールウォーキングで心も体もビューティーに。

3

華の金曜日 コスモスの会

毎週金曜日午後1時から鶉本町生活館で、見守りポールウォーキングをしたあと、ものづくりを行っています。ものづくりだけの参加もOKです♪

4

みどりの会

毎週木曜日午後1時から緑が丘生活館で、ラジオ体操をしてからポールウォーキングや様々な遊び、休憩がてらおしゃべりをしています♪

5

ふれあいチーム らんまん

毎週土曜日午前9時から中央ふれあいセンターで準備体操をしてからポールウォーキングをしています。

5月22日から活動を開始したばかりのチームで、一緒に歩く仲間をお待ちしてます。

6

百歳体操

いまや、“人生百年”の時代。いつまでも自分の足で歩こう！

1人では辛い筋トレもみんなとだから続けられます！！

まだまだあるぞ！活動紹介！

7

カフェ まちなか

毎月1回、第3月曜日に人々とのふれあいを通じて、社会とのかかわりを実感できる活動を行っています♪

8

いっしょに あそぼ！

認定こども園ふたばの園児と一緒に遊びます♪
園児は元気いっぱいなので参加すると心なしか元氣になれます♪

9

よってけ場

毎月1回、第2水曜日にレクやプチ講座で楽しみながら日常生活の支援やちょっとしたまちづくりを楽しくおしゃべりしながら考えるサロンをします♪

10

はつらつ クラブ

毎週木曜日午前10時から下鷗生活館でラジオ体操から始まりストレッチとラダーを使った運動を行っています♪一緒に汗をかきましょう♪

11

ワンコイン レストラン

毎月1回、一緒にご飯を作り一緒に食べます♪
健康相談や勉強会などの座学、年1回のバス旅行も行っています♪

12

茶話会

毎月第4火曜日百歳体操後に中央ふれあいセンターでゆったりゆったりおしゃべりをしています♪
各学校へ雑巾贈呈など社会貢献活動も行っています♪

13

さつき会

認知症は、誰もがなりうる身近なことです。
「認知症予防」と「認知症になっても暮らしやすいまちづくり」を一緒に行っていきましょう！

14

交流サロン

月～金曜日、午前10時～午後3時30分、産業活性化センターで“交流の場”として囲碁や将棋など、だれでも利用できる憩いの場を作っています♪

15

きっずキッズ クッキング

小学生や園児と一緒に料理を作ります♪
多世代との交流を行いつつ、料理の楽しさ、食べ物の栄養を一緒に学びます♪

社会福祉法人 上砂川町社会福祉協議会

〒073-0292 空知郡上砂川町字上砂川町40番地10 上砂川町役場内

電話：0125-62-2882 FAX0125-62-3773 E-mail：k-syakyo@agate.plala.or.jp

この社協だよりは、赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています



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センター

*印行事の問合先は社会福祉協議会

1	金	☆肩腰らくらくボール運動 町民センター/午前10時40分～11時30分	19	火	♥ カフェまちなか まちの駅ふらっと/午前10時～午後2時
2	土	☆子宮がん・乳がん検診バスツアー♪ 札幌がん検診センター/午前8時30分～午後2時			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
5	火	ダンス教室「クレイン」 町民センター/午前10時20分～11時10分			☆献血 町民センター駐車場/午後3時～4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	20	水	おひさまルーム～ママのヨガ&親子でスキンタッチ!～ 認定こども園ふたば/午前10時～11時30分
8	金	☆ふらっと運動講座 まちの駅ふらっと/午前10時40分～11時30分			☆足若の日(転倒予防教室) 上砂川岳温泉/午前10時15分～11時
11	月	☆長谷川拡介のふらっとヘルシー体操 東鶉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			オンブズパーソン定例相談 役場東館1階第3相談室/午後1時～4時
12	火	☆乳幼児相談・健診 町民センター/午前9時30分～午後4時	21	木	☆町民センター健康・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～4時
13	水	☆肩腰らくらくボール運動 町民センター/午前10時40分～11時30分			定例行政相談 新館1階第1相談室/午後1時30分～3時30分
14	木	運転免許証自主返納臨時出張窓口開設 役場東館1階第3会議室/午前9時20分～正午 午後1時～3時	24	日	上砂川町民芸術鑑賞 お笑いライブ 町民センター2階大会議室/午後2時30分～
16	土	マイナンバーカード申請臨時窓口開設 町民センター1階中会議室/午前9時～正午	25	月	☆長谷川拡介のふらっとヘルシー体操 東鶉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	ダンス教室「クレイン」 町民センター/午前10時20分～11時10分
			27	水	★健診結果説明会♪ 下鶉生活館/午前9時～午後4時
			28	木	★健診結果説明会♪ 町民センター/午前9時～午後4時
			29	金	★健診結果説明会♪ 町民センター/午前9時～午後4時
					☆ふらっと運動講座 まちの駅ふらっと/午前10時40分～11時30分

※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 すながわ耳鼻咽喉科 (☎ 55-3387)

10・18・23・24日 砂川市立病院 (☎ 54-2131)

上砂川町内の 求人一覧

(8月15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
企画振興係
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>)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
フロアサポーター	(株)萌福祉サービス	不問	3 人
厨房職員	(医)萌水会	不問	2 人
工場作業員	(株)岩渕建設	59歳以下	3 人
医療ガラス製造	マイクログラス(株) 北海道工場	59歳以下	2 人
生産設備オペレーター、 設備メンテナンス	(株)京都セミコンダクター 上砂川事業所	18～35歳	1 人
土木作業員	柳川建設(株)	不問	1 人
石炭選別作業、 シート掛け等雑作業	共栄鉱業(株)	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/>