

Public Relations Kamisunagawa



広報
No.880

かみすながわ

2025年
9

～ちいさいマチのでっかい魅力。～



CONTENTS

- 第23回仮装盆踊り花火大会が開催されました
- 田中学園の児童がJAPAN WEEKで来町されました
- 北海道科学大学と上砂川町との包括連携協定締結式を行いました
- 企業版ふるさと納税感謝状贈呈式
- 地域おこし協力隊就任 西田舞衣さん
- 町内医療機関のインフルエンザ及び新型コロナワクチン予防接種について

今月の表紙 「第23回仮装盆踊り花火大会」

8月13日(水)に開催し、町内外から多くの方が来場されました。写真は、地域おこし協力隊の谷口隊員がドローンで空撮したものです。

2025年7月末現在

人 口	2,294 (－ 4)	男	1,077 (0)
世 帯	1,458 (－ 3)	女	1,217 (－ 4)

第23回仮装盆踊り・花火大会が開催されました

第23回仮装盆踊り・花火大会が、8月13日(水)、旧上砂川駅裏買い物駐車場で開催されました。滝川しぶき太鼓の演奏の他、ビンゴゲーム大会や仮装盆踊り、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しました。



仮装盆踊り大会 団体の部最優秀賞
消費者協会「マツケンサンバ」



仮装盆踊り大会 団体の部優秀賞
樋浦恵子「鶴の舞」



こども盆踊り



仮装盆踊り大会 個人の部最優秀賞
内藤直美「黄色いブドウ球菌」



仮装盆踊り大会 個人の部優秀賞
長野美恵子「ミーちゃんとお友達」



Dance school NESTの発表



滝川しぶき太鼓



ビンゴ大会(500円のつかみ取り)



上砂川獅子神楽

田中学園立命館慶祥小学校の 児童がJAPANWEEKで来町されました

7月17日(木)～18日(金)に、田中学園立命館慶祥小学校3年生がJapanWeek(宿泊を伴う学校行事)において「空知を知る」をテーマに上砂川町を訪問しました。キャンプファイヤーや中央小学校3・4年生との交流を行いました。



屋外での活動
北海道の猛獣狩りゲーム



地域プロジェクトマネージャー、
地域おこし協力隊による講話



グループ別体験活動①
吉田隊員「レザークラフト」



グループ別体験活動②
谷口隊員「ドローン体験」



グループ別体験活動③
加納隊員「お菓子作り」

北海道科学大学と上砂川町との 包括連携協定締結式が行われました

8月8日(金)、北海道科学大学(川上学長)と上砂川町との地域社会の発展と人材育成および学術の振興に寄与することを目的とした地域包括連携協定締結式が上砂川町役場大会議室にて行われました。

この協定により、高校生や高齢者、小中学生を対象とした公開講座や出前授業の開催や、学生が訪問・滞在し、地域の課題解決に対するアイデアを提供するなど交流を進めることを考えています。

奥山町長は締結式の中で、「学生には実際に上砂川町に来て、見て、若い視点でアイデアを出してほしい。」と話されました。



8月22日 企業版ふるさと納税感謝状贈呈式が行われました

7月29日に株式会社創建社様から、企業版ふるさと納税制度を活用した50万円のご寄附をいただいたことから、奥山町長から森下代表取締役社長へ感謝状を贈呈しました。

いただいたご寄附は、学校法人田中学園との教育連携事業に活用させていただきます。

【企業名】株式会社 創建社(札幌市中央区南1条西10丁目)

【寄附事業】学校法人田中学園との教育連携事業

【寄附額】50万円



地域おこし協力隊就任 西田 舞衣さん

8月1日、地域おこし協力隊として西田舞衣さん(前住所：徳島県)に奥山町長から委嘱状が交付されました。今後、地域おこし協力隊として活動する西田さんについて紹介します。

■趣味

美味しい物を食べること、キャッチボール、キャンプ

■休日の過ごし方

レイトショー鑑賞、温泉サウナ巡り、お菓子づくり

■上砂川町の印象

「山に囲まれた自然豊かな町」という印象です。徳島の山とはまた違って、針葉樹が多いからなのか景色が綺麗！奥沢キャンプ場の緑の深さに感動しました！

■今後の目標

北海道ならではの食材や上砂川町近郊の野菜等を使ったハンバーガーのキッチンカーの開業を目指しております。飲食店やテイクアウト、配達の手数が少ない上砂川町で、イベント時だけでなく、出張やデリバリー形式でハンバーガーを届けられるような形にもできたらと思います。町内のイベントやマルシェ等でもお届けできるように頑張りますので、何卒応援の程よろしくお願いいたします！

■町民の方へ

地元は徳島県なのですが、10年ほど大阪に住んでおりました。色々な方とお話しをするのが大好きですので、何か催し物がある際にはお声がけいただければ喜んで飛んで行きます。この町のことや皆様のことをたくさん教えてください！

積雪地域で暮らすのは初めてですので、初めての冬を乗り越えられるかとても心配です。どうか無事に春を迎えられるよう、アドバイスいただきたいので、ぜひよろしくお願いいたします！



★町内医療機関のインフルエンザ及び新型コロナワクチン予防接種について

予約申し込みは、接種を希望する医療機関へ直接お問い合わせください。

医療機関名	予約申込受付開始日		電話番号
	インフルエンザワクチン	新型コロナワクチン	
上砂川町立診療所	令和7年9月16日(火)	令和7年9月16日(火)	0125-62-4088
勤医協上砂川診療所	令和7年10月1日(水)	令和7年9月16日(火)	0125-62-2204

接種開始日は医療機関によって異なりますので直接お問い合わせください。

※接種費用の助成は令和7年10月1日(水)からとなります。詳細は広報10月号に掲載します。

令和7年国勢調査を実施します！

国勢調査は、日本に住むすべての人と世帯を対象とした国の最も基本的かつ重要な統計調査で、国内の人口や世帯の実態を明らかにするため、統計法に基づいた報告義務のある調査として、5年に一度実施されます。

■調査期日 令和7年10月1日

■調査対象 10月1日現在、日本国内にふだん住んでいる全ての方(外国人を含みます。)が対象であり、回答が義務付けられています。

※「上砂川町に住民票を移していないが、上砂川町に住んでいる方」も対象となります。

■調査内容 世帯について～世帯員の数、世帯の種類、住居の種類、住宅の建て方 4項目
世帯員について～男女の別、出生の年月、配偶の関係、就業状態、
従業地または通学地など 13項目

9月中旬から下旬にかけて調査員が各ご家庭に伺い、
調査票をお配りしますので、ご回答をよろしくお願いいたします。

国勢調査員とは

総務大臣が任命した非常勤の国家公務員です。調査員は総務大臣が発行した「調査員証」を携行しています。調査員には調査により知り得た秘密を守る義務が課されています。



■調査票の回答方法

以下の2種類があり、どちらかを選んでいただけます。

① 紙の調査票に記入して回答

調査員が訪問した際に約束した日にち(10月1日(水)～8日(水)までの間)に再度訪問し、調査票を回収します。

※調査員と対面での調査票回収を希望しない場合は、郵送での提出をお願いいたします。

(10月1日(水)～8日(水)までの間に調査票を郵送提出用封筒に入れ、郵便ポストに投函してください。)

② オンラインで回答(スマートフォンやパソコンなどから回答できます。)

9月20日(土)～10月8日(水)までの間に回答をお願いいたします。

調査員がお渡しする、青い封筒(調査書類収納封筒)の中に封入されている「かんたん・便利なインターネットでの回答をお願いします(リーフレット)」記載の二次元コードを読み込むことで自動ログインが可能です。

■統計データの使い道 国勢調査から得られる統計データは、地方交付税や少子高齢化対策、防災関連施策のほか、町の統計書作成など、様々な分野で活用されます。

■問合先 企画課企画振興係(☎62-2223)

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7年10月31日(金) (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	各 1,000 円	30～60 歳の女性
	HPV 検査		
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・HPV検査・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

※検診日時の希望については、申し込み順とさせていただきます。ただし、申込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をお申し出ください。

◆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(月)～10月3日(金) ※土・日・祝日を除く

◆申込・問合せ先 健康推進課健康係(☎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)



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)

無料お習字教室

■とき 9月6日、13日、20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☀

こども園の園庭で遊ぼう！

指スタンプでぶどうを作ろう！

■とき 9月25日(木) 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 こども園の園庭で外遊びと、ぶどうの製作を行います。

※天候により、屋内で遊ぶ場合もあります。

■持ち物 水筒(幼児のみ)

■申込 準備の都合上、9月19日(金)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18日(木) 午後1時30分～4時

■ところ 町民センター1階健康相談室

■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)

9月9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(対象の方へ個別に案内)、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・生活相談・歯科相談※内科診察)	3・4か月児 (R7.4.9～R7.6.9生まれ)	13:00	※股関節脱臼検診
	9・10か月児 (R6.10.9～R6.12.9生まれ)		
	1歳6・7か月児 (R6.1.9～R6.3.9生まれ)	13:00	歯科検診・フッ素塗布 ※歯ブラシ持参
	3歳0・1か月児 (R4.7.9～R4.9.9生まれ)		
	4歳10か月児 ～5歳0か月児 (R2.8.21～R2.10.20生まれ)		※歯科相談希望者は、歯ブラシ持参 バスタオル、こどもノートはいりません。
乳幼児健康相談 (身体計測・栄養・生活相談・歯科相談)	6・7か月児 (R7.1.9～R7.3.9生まれ)	9:45	離乳食の試食 ※離乳食用スプーン持参
	12・13か月児 (R6.7.9～R6.9.9生まれ)	10:00	
	2歳0・1か月児 (R5.7.9～R5.9.9生まれ)		
幼児歯科相談	2歳6・7か月児 (R5.1.9～R5.3.9生まれ)	9:30	フッ素塗布 ※歯ブラシ持参

全町子ども祭

子ども会育成連絡協議会の主催事業であります「子ども祭」を9月に開催します。昨年同様、風船の魔法使い様がバルーンアートを行う予定でありますので、皆様のご来場をお待ちしております。

- と き 9月28日(日)
午前9時～11時30分
- ところ 体育センター
- 問合先 上砂川町子ども会
育成連絡協議会
(☎62-2881)

健康の里づくり事業 ～「燻製教室」の開催～

- と き 9月26日(金)
午前10時～ (受付：9時30分)
- 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。
- 申込締切 9月22日(月)
- 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に行けない場合は、
レクリエーションを実施します。
- 申 込 先 上砂川岳温泉パンケの湯(☎62-2526)
企画課産業振興係(☎62-2223)
- 問 合 せ 上砂川岳温泉パンケの湯(松田まで)



町民センター図書室だより



おすすめ絵本・児童書

- ◆トンちゃんってそういうネコ
作：MAYA MAXX



出版社：講談社

トンちゃんはネコ。ゲンキなネコ。だけどトンちゃんには足がひとつない。それでもトンちゃんは、まいにちたのしくらしてる。

こどもにもおとなにも手にしてほしい、生きていくことの本質をえがいた傑作絵本。
読み聞かせにもぴったりです。

- ◆さんになだけのないしょのはなし スーゾー
- ◆14ひきの おつきみ いわむらかずお
- ◆みつくて どこどこ？ かしわらあきお
- ◆へい おまち！ 彦坂有紀
もりといずみ
- ◆キラキラッとほしがかがやきました 宮西達也

「旅に出よう！」特集

今月の特集は「旅に出よう！」特集です。

9月に入り過ごしやすい時期になりました。外に出て色々な発見をしてみたいでしょうか。遠くには出かけられない人も旅の本を読んで旅の気分を味わうのも楽しいと思います。以前に行った場所の思い出など懐かしく感じるかもしれません。本を読んで「ちょっと出掛けてみよう！」と思って出掛けるのも良いと思います。色々な旅の本を並べていますので読んでみて下さいね。

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

- ◆札幌誕生
著者：門井慶喜



出版社：ポプラ社

- ◆追跡
- ◆さよなら校長先生
- ◆ミナミの春
- ◆記念日
- ◆セレブ・ケース 闇をわたる
- ◆へこたれてなんかいられない
- ◆マイ・ディア・キッチン
- ◆鏡面のエリクサー
- ◆風の向こうへ駆け抜けろ②
- ◆裸足でかけてくおかしな妻さん
- ◆おしゃべりしていればだいじょうぶ
- ◆ぜんぶあなたのためだから
- ◆日ノ出家のやよろず
- ◆ひたひたまで注いで

コトコト煮詰めた話

伊岡瞬
瀧羽麻子
遠田潤子
青山七恵
堂場瞬一
ジェーン・スー
大木亜希子
知念実希人
古内一絵
吉川トリコ
五味太郎
夏原工平ジ
安藤祐介
山本ゆり

- 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 1日・8日・15日・22日・29日



まちの話題

7月15日・29日 上砂川町オレンジメイト
有償ボランティア研修



ボランティアの役割や認知症の人とのコミュニケーションなどについて学び、上砂川町地域福祉ボランティアを養成しました。

7月25日 社協・日赤
たすけあいチャリティパーティー



町民センターで開催され、約140名が参加しました。益金はチャリティパーティー実行委員会から日本赤十字社及び上砂川町社会福祉協議会へ寄付されます。

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120人が集まりました。子どもたちを代表して上砂川中学校生徒会長の高島純太さんが平和への誓いを述べました。

8月6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。

8月7日 みんなのごはん会



小中学生と食育サポーターで作ったハンバーグとトマトときゅうりの酢の物、ゆでポテト、みんなで切ったスイカ、認知症カフェ参加者とサポーターで作ったフルーツポンチを子ども、保護者、地域の方の総勢60人で食べました。高齢者施設の畑から前々日、みんなで収穫した(ピーマン、きゅうり、ジャガイモ)を材料に使わせていただきました。

8月7日 認定こども園 セタまつり



認定こども園で開催され、親子でのリレーや製作、バザー等を楽しみました。

8月7日 認定こども園 Tボール



認定こども園で、砂川高等学校野球部の生徒と一緒にTボールを楽しみました。

8月7日 福井市鶉地区小学生交流事業出発式



上砂川町の母村である福井県福井市鶉地区を訪問する小学生6名が役場庁舎にて出発式を行いました。

8月14日 社会福祉協議会 こども園ふれあい広場



園児がケアサポーターと一緒にボールまわしやピアノを使用したゲームなどを楽しみました。

8月15日 長寿祝品の贈呈



百歳を迎えた中川カヨ子さんに、奥山町長から長寿祝品が贈呈されました。

8月16日 えいごでサイエンス



地域の子どもたちが、地域おこし協力隊の谷口隊員と集落支援員のロビン支援員と一緒に、楽しく英語を使って理科実験をしました。

令和7年度上砂川中学校職場体験について

上砂川中学校2年生は、授業の一環として7月16日に町内6箇所の事業所を訪問し、職場体験学習を行いました。生徒たちは、パンケの湯、デクセリアルズフォトリックソリューションズ株式会社、株式会社ロボットシステムズ、ローソン上砂川町店、認定こども園ふたば、上砂川町役場をそれぞれ実際に訪れ、仕事をする大変さを学びました。

上砂川町役場には、高松ここのさんと栗原海晟さんの2名が訪問し、広報紙作成業務について学びました。町広報の目的や構成等を学んだ後、記事の取材から町の広報ができるまでの過程を体験しました。

今回は、「まちの駅ふらっと」で加納隊員が作っているお菓子を町民の皆さんに紹介するため、生徒たちが直接インタビューを行い、取材、試食、撮影を実施し、記事を作成しました。その記事を以下に紹介します。



『夏に「ピッタリ」レモンケーキ』

夏に向けて酸味のきいたすっぱい？甘い？どちらの味も楽しめるようなケーキになっています。上には酸味のあるコーティング、ワンポイントのピスタチオ。生地の中にはレモンピール。食感も楽しめる、夏を感じるようなケーキです。(撮影・文：高松 ここの)



『デザート好き集まれ！！ バタークッキー』

ふらっとで食べられるバタークッキーは卵黄とバターを多めに使った濃厚なクッキー！クッキーにはガリガリさせるザラメもついていて、クッキー自体はカリカリで中はしっとりという食感を味わえます。ぜひみなさんも来てください。(撮影・文：栗原 海晟)



令和7年度上砂川中学校職場体験発表会について

7月25日に、上砂川中学校で職場体験学習の発表会が総合学習の時間に行われました。

生徒たちは、7月16日に訪問した町内各事業所について、事前学習で調べたこと、実際に行った仕事、仕事を行ってみてどう感じたかなどを発表しました。

発表では、各事業所の概要や事業所を選んだ理由、体験のスケジュール、振り返り・感想を自分たちで作成した資料を基に自分たちの言葉で話していました。

また、発表の最後に今回の職場体験で学んだことを交えながら、自分の将来の夢についても話していました。

発表会には、職場体験を受け入れた事業所の方々も見学に来ていました。



後期高齢者医療制度 (高額療養費)のお知らせ

～ 窓口負担割合が2割となる方への配慮措置の終了 ～

■ 窓口負担割合が2割となる方への配慮措置が終了となります

窓口負担割合が2割となる方に対して、令和4年10月1日から実施しておりました配慮措置が、令和7年9月診療分をもって終了となりますのでお知らせいたします。

【終了となる配慮措置の概要】

令和4年10月1日の施行後3年間（令和7年9月診療分まで）は、2割負担となる方について窓口負担割合の引き上げに伴い、1か月の外来医療の負担増加額を3,000円までに抑えます。（入院の医療費は対象外です。）

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062

札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
電話 011-290-5601

お住まいの市町村

上砂川町 福祉課医療保険係
電話 0125-62-2222

秋はヒグマに注意！

9月1日(月)から10月31日(金)は、「秋のヒグマ注意特別期間」です。

ヒグマによる人身被害は春と秋に集中しており、被害件数の半数は山菜やキノコ採り中に発生しています。

上砂川町でも、8月までに5件の目撃情報がありました。

(ヒグマに遭遇したときは)

1. 後ずさりながら静かに立ち去る。
2. 大声を出したり、背中を向けて走らない。
3. 子グマをみても近づかない。



(ヒグマに遭遇しないためには)

1. 熊出没注意の旗が立っている場所には近づかない。
2. 一人では山に入らない。
3. 食べ残しや食べ物の容器を外に置かない。
4. 明け方や夕方はヒグマが出やすいので注意する。
5. ヒグマの足跡やフンを見つけたら、引き返し、警察に連絡する。
6. 笛やラジオなど音を出しながら行動する。



上砂川町公式LINEの登録はこちらから

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。

町では、「公式LINE」で最新のヒグマ出没情報を発信していますので、登録されていない方はぜひ登録してください。

■問合先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

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。

和太鼓 しんた

津軽三味線 新田昌弘

民謡歌手 竹野留里

和太鼓 新田昌弘

with 竹野留里
~コンサート~

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

お問い合わせ 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

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。

オンライン申し込みは
こちらの
二次元コードから

災害はいつ発生するかわかりません。災害発生時に自分の身を守るため、上砂川町内の避難所・避難場所等について確認しておきましょう。

～各避難所の収容人数、特性等～

避難所、場所	避難対象					収容人数	避難所の特性
	洪水	がけ崩れ	地震	火事	内水氾濫		
上砂川町立上砂川中学校校舎	○	×	○	○	○	375	教室、職員室のみ冷房完備
上砂川町立上砂川中学校屋内体育館	○	×	○	○	○	80	冷房設備無し
上砂川町立上砂川中学校グラウンド	○	×	○	○	○	1925	指定ヘリポート
上砂川町立中央小学校校舎	○	○	○	○	○	258	教室、職員室のみ冷房完備
上砂川町立中央小学校屋内体育館	○	○	○	○	○	76	冷房設備無し
上砂川町立中央小学校グラウンド	○	○	○	○	○	1800	指定ヘリポート
上砂川勤労者体育センター	○	○	○	○	○	100	冷房設備無し
認定こども園ふたば	○	○	○	○	○	80	冷暖房完備、非常用電源装置有
上砂川町サービスセンター	○	○	○	○	○	49	福祉避難所、冷暖房完備
上砂川町民センター	○	○	○	○	○	116	冷暖房完備、非常用電源装置有
下鶯生活館	○	○	○	○	○	16	冷暖房完備
鶯本町生活館	○	×	○	○	○	33	冷暖房完備
緑が丘集会所	○	○	×	○	○	13	冷暖房完備
鶯若葉生活館	×	○	○	○	○	16	冷暖房完備
中央ふれあいセンター	○	○	○	○	○	57	冷暖房完備
朝駒集会所	○	○	○	○	○	27	冷暖房完備
産業活性化センター	○	○	○	○	○	47	冷暖房完備

※ 収容人数の考え方：概ね4㎡/1人として計算（スフィア基準は3.5㎡/1人）

非常用持出品チェックリスト

※避難するときにまず持ち出すべきものの一例です。非常用持ち出し袋に入れ持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

区 分	品 目	備 考
貴重品類	現金 10 円玉、預金通帳、印鑑、保険証、マイナンバーカード、免許証	10 円玉は、公衆電話用に、通帳等は番号を控えたメモか、コピーを用意しておくといいでしょう。
避難用具	懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、モバイルバッテリー、笛、ヘルメット、レインコート	懐中電灯は一人一個用意したほうが良いでしょう。
生活用品	手袋、レスキューシート、携帯トイレ、トイレトーパーパー、ポケットティッシュ	避難所生活に最低限必要なものです。避難するお方の年齢等も考慮しましょう。
救急用具	絆創膏、処方箋の控え、常備薬、生理用品	少量でもよいので準備しておくとう安心します。
非常食品	保存食米、保存パン、栄養補助食品、飲料水	最低限3日分は準備したいところですが、重量を考慮しましょう。
衣料品	下着・靴下、雨衣、フェイスタオル	動きやすいものまた、努めて軽量で大きくならないものがよいと思います。
感染症対策品	マスク、ウェットティッシュ、消毒液	最低限、感染症対策は実施しましょう。
その他	携帯用カイロ	

リチウムイオン蓄電池に係る防火安全対策のポイント

住宅における電気火災の状況とリチウムイオン蓄電池からの出火状況

- 近年、電気器具類※1を原因とする火災が増加しており、平成25年は1,431件でしたが、令和4年には2,018件と約4割増加し、住宅火災の原因の第1位となっています。
- 過去10年間の電気器具類の火災件数の推移をみると、リチウム電池と充電式電池の火災件数の増加が顕著となっています。
- 事例調査を行ったところ、充電式電池（リチウムイオン蓄電池を含む）の出火原因は、機器の不具合の割合が大きく、その他には、不適切な使用によるものがありました。

※1 家庭内で使用される「電子レンジ」や「エアコン」、「延長コード」や「電源コード」、「電池」などの電気機器、電気製品など。

リチウム蓄電池による電気火災を防ぐための主な対策

○リチウム蓄電池

- 事例
- ・落下、浸水、コンセントに長時間接続したままでハンディーファンが爆発や発火となった。
 - ・モバイルバッテリー等が暖房器具の温風や、高温になった車内へ長時間放置により加熱されたことで火災となった。

対策 破損・膨張などの異常のある場合は使用しない。リチウムイオン蓄電池は熱くなる場所に放置しない。

○その他の一般的な対策の例

- ・むやみに家電製品を分解・修理・改造しない。
- ・水のかかる場所では使用しない。
- ・定期的に異常がないか確認し、機器に深いキズや変形・焦げた跡等の異常がある場合は使用しない。
- ・耐用年数を超過した製品は使用しない。
- ・リコール情報を確認する。
- ・電気用品安全法を満たしたPSEマークが付いている事。
- ・捨てる際は一般ごみに出さない。

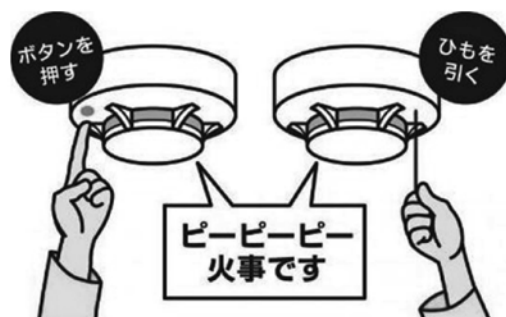


製品の取扱説明書の指示に従い、正しく使用・管理することが重要です。

万が一に備えて

- リチウムイオン電池の火災だけに限らず、全火災を早期に発見し逃げ遅れを防ぎ、命を守るために住宅用火災警報器を設置しましょう。
- 住宅用火災警報器を設置済みのご家庭では定期的な点検を行ってください。

■問合せ先 砂川消防署上砂川支署予防係(☎62-2021)



9月9日は救急の日 9月7日～9月13日は救急医療週間



急な病気やけがをしたとき、救急車を呼んだほうがいいのか？迷うことがあると思います。緊急性の高い症状があるときは、すぐに救急車を呼ぶ必要があります。緊急性の高い症状を紹介しますので、このような症状のときは119番通報してください。

顔

- 顔半分が動きにくい、しびれる
- ニッコリ笑うと顔がゆがむ
- 呂律が回りにくく、うまく話せない
- 見える範囲が狭くなる
- 突然、物が二重に見える
- 顔色が明らかに悪い
- 唇の色が紫色

頭

- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 立ってられないぐらいにふらつく
- 頭を痛がって、痙攣している

胸・背中

- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 胸の中央が締め付けられるような痛み
- 痛む場所が移動する
- ゼーゼーした呼吸

おなか

- 突然の激しい腹痛
- おう吐が止まらない
- 血を吐く
- 便に血が混じる

手・足

- 突然のしびれ
- 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる
- 手足が硬直している

意識の障害

- 意識がない（返事がない）
- 意識がもうろうとしている
- ぐったりしている

飲み込み

- 物をのどに詰まらせて、呼吸が苦しい、意識がない

痙攣

- 痙攣が止まらない
- 痙攣が止まっても、意識がもどらない

事故

- 交通事故にあった
- 水に溺れている
- 高いところから落ちた

けが・やけど

- 大量の出血
- 広範囲のやけど

アレルギー・じんましん

- 虫に刺されて、じんましんが出て、顔色が悪い
- 全身にじんましん、呼吸困難、アナフィラキシーショックの症状がある

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

など、記載されている症状以外にも、いつもと様子が違う場合、様子がおかしい場合も119番通報してください。



交通安全だより

実践しましょう！

自転車安全利用五則

- 1 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- 2 交差点では信号と
一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用



信号のない横断歩道では
歩行者が優先です！



一時停止の徹底を



すべての座席で
シートベルト&チャイルドシート



高齢者の交通事故が多発しています！

高齢者の歩行者・自転車利用者は…

- ① 背すじを伸ばし、広い範囲を
見渡しながらか通行しましょう
- ② 横断前はもちろん、横断中も、
車が近づいてきていないか
しっかり確かめましょう
- ③ 近くに信号機や横断歩道が
あるときは、少し遠回りでも
そこに行って渡りましょう



高齢者のドライバーは…

- ① 加齢に伴う心身機能の低下を
自覚し、余裕のある運転を
心がけましょう
- ② 意識的に顔を左右に振って、
十分に安全を確かめましょう
- ③ 体調には十分に気を配り、
体調がすぐれないときは、
運転を控えましょう

交通事故で死亡した人の半数以上が、65歳以上の高齢者です…

秋の全国交通安全運動 9月21日(日)～9月30日(火)

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

身近な場所だからこそ、事故を警戒！

身近な
事故多発ポイント

① 住宅地の閑散とした道路

横断歩行者と車の衝突事故が多発！

だから歩行者は実践！

横断前に右左を見て、車が近づいてきていないか、しっかり確認！

だからドライバーは実践！

人通りの少ない道路でこそ、歩行者を探しながら通行！

特に夕暮れ時・夜間は…横断中の歩行者が左から走行してきた車と衝突する危険性が高まります！

歩行者 反射材を着用して目立つ！

ドライバー 特に道路右側からの横断歩行者を警戒！



閑散とした道路では
油断が生じやすい…

身近な
事故多発ポイント

② 信号がない交差点

自転車と車の出会い頭事故が多発！

だから自転車利用者は実践！

交差点の手前で一度止まり、交差道路から車がきていないか確認！

だからドライバーは実践！

一時停止せずにとび出してくる自転車を予測し、必ず安全を確認！

いきなり交差点に
進入する自転車が少なくない…



特に夕暮れ時・夜間は…ライトをつけていない自転車は、暗やみに紛れて目立たなくなります！

自転車利用者 薄暗くなってきたら必ずライトを点灯！

ドライバー 暗やみに潜む自転車を警戒！

身近な
事故多発ポイント

③ 青信号の交差点

歩行者・自転車と右・左折車の事故が多発！

だから歩行者・自転車利用者は実践！

横断前と横断中、交差点を広く見渡し、車が曲がってこないか確認！

だからドライバーは実践！

横断中、または横断しようとしている歩行者・自転車がいないか確認！



信号が青だと
油断が生じやすい…

特に夕暮れ時・夜間は…車のライトは側方を照らせないため、横断中の歩行者・自転車がよく見えません！

ドライバー 右・左折時は、ライトで照らせない側方にも目配りし、歩行者・自転車がいないか確認！

※※※ わずかな飲酒でも、安全運転に必要な心身機能は確実に低下！ ※※※

★運転をする予定があるときは、「ほんの少しなら大丈夫…」と安易に飲酒するのは絶対にやめましょう。

見落としが増える

- 動くものを見るとき「動体視力」が低下したり、視野が狭くなったリして、他者(車)や信号、標識などを見落としやすくなります。

反応時間が延びる

- 危険を察知してからブレーキを踏むまでに要する「反応時間」が延びるため、いざというときにブレーキが間に合わず、危険を避けられないおそれがあります。

誤操作が増える

- ハンドル操作を誤ったり、ブレーキとアクセルを踏み間違ったりして、事故を起こしやすくなります。

社協だより

社会福祉 かみすながわ

令和7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伺いますので、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	上川 径恵	母 和子様の生前謝意として
5	上砂川地区メーデー 実行委員会	社会福祉事業へ
8	上砂川町社協・日赤 たすけあいチャリティ パーティー実行委員会	社会福祉事業へ（チャリティパーティー益金）

令和 7 年度 事業計画 ～安心して暮らせる地域づくりを目指して～

少子高齢化や家族構成の変化などに伴い、一人暮らしの高齢者や認知症高齢者が徐々に増加している中、家族の絆や地域の支え合い機能が低下してきており、社会的孤立に加え、新たに高齢者や障がい者等を無償で支援する者、いわゆるケアラーが抱える困難が深刻な生活課題として、顕在化しつつあります。

また、円安、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。本会といたしましては、変化していく状況の中、理事・監事・評議員やボランティアの皆さまのご協力とご理解をいただきながら活動を進めてまいりました。

今後におきましてはケアラーの支援を含めた地域福祉の在り方を確立していくことが重要課題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支持される事業を展開してまいります。

【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) 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) 救急医療情報キット配布事業【受託事業】
- (4) 小地域ネットワーク事業の推進【共募配分金事業】
- (5) 車椅子貸出事業【法人運営事業】
- (6) 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
- (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・日赤たすけあいチャリティパーティー事業

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

毎週水曜日午後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時から鶺鴒本町生活館で、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時から緑が丘集会所で、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。
一昨年から活動を開始したチームで、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！
現在は町内8地区で行われています。
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、認知症本人とその家族の良き理解者を増やす活動や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

きつずキッズ 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♪

9

よってけ場

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

はつらっ 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♪

11

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！

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ま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♪



全町老人レクリエーション大会

令和7年11月7日（金）9：30から、町民センターで老人レクリエーション大会を開催します！歌謡曲・民謡・踊りなどの演芸発表をしてくださる方を大募集。「やってみたい！」と思った方は、上砂川町老人クラブ連合会事務局（上砂川町社会福祉協議会内）までご連絡ください。

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

粗大ごみのオンライン申込みを実施します！！(本公開)

これまで、電話か窓口での申込みのみでしたが、LINEを利用したオンラインでの申込みも可能となります。

右記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》

毎月第2水曜日受付終了

(9月回収日(9/17)：9月10日(水)受付終了)

※申込みに関する問い合わせは下記の電話番号をお願いします。

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)

戸籍に記載予定の振り仮名が通知されました。

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、圧着ハガキで記載予定の振り仮名通知を発送しています。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。

■問合先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)



法務省HP

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・問合先 〒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)

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(金)までに福祉課福祉係へお知らせください。

- と き 9月12日(金) 午前10時30分(受付開始：午前10時)
- と ころ 上砂川町民センター 2階
- 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)



上砂川町認知症老人と共に歩む会(さつき会)25周年記念式典

「さつき会」は平成13(2001)年の設立以来、「たとえ、認知症になっても住み慣れた地域で暮らしたい」「人間としての尊厳を最期まで失いたくない」そんな思いを大切に、認知症への関心と理解を深めるために、さまざまな取り組みをしてきました。このたび、設立25周年を記念して下記の通り記念式典を開催いたします。会員の皆さまのご出席をお待ちしております。

- 日 時 令和7年9月30日(火) 午前10時
- 会 場 町民センター 2階 大会議室
- その他 後日25年のあゆみを記念誌にまとめ発行します
- 出欠等連絡先 各役員さん、または、地域包括支援センター(☎62-3370)
9月8日(月)まで

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



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27日(土)、9月28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
・ジャム
・しいたけ
・チーズ
・ニジマス醤油
・地域おこし協力隊の
お菓子と軽食
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

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)

☆献血のお知らせ

献血車が来町しますので、皆様のご協力をお願いいたします。

- と き 9月18日(木) 午後3時～4時30分
- ところ 町民センター駐車場
- 問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

狩猟期間中における道有林への 入林自粛について

エゾシカ狩猟期間中(地域によって異なりますが、多くの地域では10月1日から3月31日まで)は、多くの狩猟者が道有林へ入林します。

狩猟に伴う事故防止のため、この期間の狩猟目的以外での入林はお控えくださるようお願いいたします。

エゾシカによる森林等被害を低減するため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

- 問合せ先 北海道水産林務部森林海洋環境局
道有林課道有林管理係
〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目
(☎011-204-5519)
- 担 当 川島、大中

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2日(火)	役場東館1階第4相談室	大根田 紫織 弁護士
9月16日(火)		近江 勇樹 弁護士
9月30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)

危険物取扱者試験 消防設備士試験のご案内

■危険物取扱者試験

試験日	試験地	種類	申請期間
10月19日(日)	旭川市	全種	9月4日(木)～9月11日(木)
11月16日(日)	札幌市	全種	9月29日(月)～10月6日(月)
	滝川市	乙種、丙種	

■消防設備士試験

試験日	試験地	種類	申請期間
10月19日(日)	札幌市 旭川市	甲種、乙種	9月4日(木)～9月11日(木)

■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

- 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 うずらの里
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

1,080 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7年度 防衛大学校生、防衛医科大学校生(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)	R 8 年 4 月 1 日現在 18歳以上	R 7 年10月16日	1 次: R 7 年11月 1 日 2 次: R 7 年11月29日~12月 3 日 のうち指定された日
防衛医科 大学校学生 (医学科)	21歳未満の者 高卒者(見込み含む。) 又は高専3年次修了者 (見込み含む。) 詳しくはお問い合わせ 下さい。	R 7 年10月 8 日	1 次: R 7 年10月25日 2 次: R 7 年12月17日~19日 のうち指定された日
防衛医科 大学校学生 (看護科)	詳しくはお問い合わせ 下さい。	R 7 年10月 3 日	1 次: R 7 年10月18日 2 次: R 7 年12月 6 ・ 7 日 のうち指定された日
自 衛 官 候 補 生 (男・女)	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。 詳しくはお問い合わせ 下さい。	年間を通じて行って おります。 第4回 R 7 年11月 6 日 第5回 R 7 年12月 4 日	第4回: R 7 年11月16・17日 のうち指定する日 第5回: R 7 年12月12・13日 のうち指定する日

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。

詳しくは、自衛隊札幌地方協力本部ホームページ(<https://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。

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(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7年10月23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 10月20日(月)
※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)

「第49回みんなの消費生活展」のお知らせ

- と き 10月10日(金) 午前10時~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)、洗濯済み衣料品を集めます。
○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)
・洗濯していない衣類等。
※不用品提供の際は、消費者協会事務局へご連絡をお願いします。
- 募集締切 9月19日(金)
- そ の 他 消費生活展の詳細は広報10月号に掲載します。
- 問 合 先 消費者協会事務局(☎62-2243)

**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。

下鶺南2条1丁目3-1 (☎62-5252)

おデブさんに贈る挽歌 - 食欲の秋を前に -

上砂川町立診療所 小松正伸

こんなに食べ物に気を使っているのに、ちっとも体重が減らない、やせられないと、外来でぼやく方がいらっしやいます。「口を閉じていれば治る」と、乱暴な医者は冷たく言い放ちます。自分で言って後悔するのですが、言われた方は「なんて親切なお医者さん」と受け止めるのですから、世の中捨てたもんじゃない。でも、真に受けないでね。身についた脂肪をそぎ落とすのは、とっても難しい。よほどの固い決心がないと、できない。あなたは、おいしい食べ物、飲み物がワンサカある誘惑に、勝てるか？あなたの意思の強さが試されています。

肥満のほとんどは、カロリーオーバー、食べる方が勝っているため。体の脂肪を落とすためと食事の脂肪分を減らす方がいますが、それは間違い。人間は、1日必要カロリーの20-30%くらいは脂質が必要。たいていの肥満は、糖質・脂質・タンパク質のすべてを食べ過ぎているため。備蓄された脂肪は貯金と同じで、収入が多ければ貯金は増えるし、手取り収入や年金が減れば当然貯金は少なくなるように、脂肪も増減します。貯金を減らそう！利子はつかなくていい！

人間の体は、糖質を肝臓で脂肪に変えて貯蔵します。このほうが、使う時の熱量が多いから。石炭(糖質)よりガソリン(脂肪)のほうが、熱効率がいいのと同じ。お腹についた脂肪を燃やして減らすのに、運動するという手がありますが、脂肪を筋肉に変えるだけ体を使うのは、高齢者には難題。30分以上の軽い運動を、毎日続けられます？無理したら、逆に体を痛めてしまう。やはり口から入るもの、主として糖質を削減するのが手っ取り早い良策。つまりは、「口を閉じて」入る分を、制限する。補給路を断つ作戦で、食生活を変えるわけです。しかし、世の中おいしそうな物があふれかえっているから、備蓄米・新米がなんぼ高くたって困らない。食品会社や飲食店はそれ食べ、やれ喰えと旨そうなものをちらつかせて、しきりに誘惑してくる。この「悪魔のささやき」に勝てるかが、減脂勝負の分け目。悪魔を蹴飛ばせれば、出腹は必ず解消できる！「口で食べない、目で食べる」は、義父がよく口にしていた名言です。早食い予防に、30回噛むことが勧められていますので、お試しを。

「やせる薬」はないのか、ときかれることがあります。ないことは、ない。これだけ肥満がちまたにあふれて、いろんなサプリがテレビコマーシャルで大はやりの時代に、薬屋さんが指をくわえて見ているはずがない。肥満症はビジネスチャンス、大チャン～スと飛びつく薬屋さんは、「肥満症治療薬」(やせ薬)をすでにこさえており、さすがにテレビショッピングには出せませんが、医者にはしきりに宣伝しています。この薬、健康保険で通すには難しい。自費だと結構なお値段、副作用もあるので、私は出しません。「食わなきゃ治る」と信じる、頑固なやが医者なもんで。胃を小さくしてあまり食べられなくする手術なんてえのもあります、あなた、切られたい？

そういえば、最高の妙薬、ならぬ妙案があります。じつに単純、毎日体重計に乗ることです。少しずつでも体重が減りだせば、測るのが楽しくなります。昔働いていた診療所では、村長さんにCT装置を買ってもらい、肥満の検診に使っていました。おへそのあたりの断面写真を作り、内臓脂肪と皮下脂肪を色分けして表し、コンピューターで計算させて、お腹の断面積に占める割合(内臓脂肪面積)を出すと、標準よりどれだけ多いか、すぐにわかります。なんたって一目瞭然、自分の脂肪のくっ付き具合が示されるのですから、まことに説得力がありました。ついでに、肝臓に脂肪がくっついて腹黒くなっているのをお見せしては、脅かしていました。CT装置は、いろいろな検診に使える便利な機械、あったらいいな、欲しいな。

じゃあ、ガラガラにやせていれば長生きできるか？統計的にはやせている人よりも、ちょっと小太りくらいの体の方が、長生きには有利だそうです。あくまでも、“ちょっと”ですよ。あまり体重が少ないと、高齢では体に余力がないのかも知れませんが。要は、脂質・糖質・タンパク質を、バランスよく適量に、というのが結論。どうです、簡単でしょ？

「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

鶴本町北4丁目3-4 ☎ 62-4406



あなたの
悩みに
コタエを
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)

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

令和7年度狩猟免許試験のお知らせ

狩猟免許試験の受験を希望する場合、必ず事前申請が必要です。

事前申請されていない方は、北海道のホームページを確認し、受付期間中に申請をしてください。
町ではかかる経費の一部を助成していますので、詳しくは建設環境課環境管理係までお問い合わせください。

- 後期受付期間 9月2日(火)～9月17日(水)
- 受付方法 ①電子申請(パソコン、スマートフォン)
②郵送による申請
- 事前申請書の入手方法 ①北海道野生動物対策課ホームページからダウンロード
②お近くの振興局環境生活課窓口で入手
③北海道野生動物対策課に郵送で請求

【狩猟免許後期試験：空知会場】

- 日 時 11月30日(日)午前9時～午後5時(午前筆記試験・午後実地試験)
- 会 場 岩見沢市8条西5丁目 空知合同庁舎(☎0126-20-0043)
- 申請手数料 5,200円
- 【狩猟予備講習】
- 日 時 11月23日(日) 午前9時～午後4時30分
- 会 場 岩見沢市民会館まなみ～る
- 受講料
 - ・第1種または第2種 12,500円(以下全てテキスト代込み)
 - ・網 9,000円
 - ・わな 9,000円
 - ・網およびわな 12,000円
 - ・第1種または第2種と同時に網、またはわなを受講した場合 15,000円
 - ・第1種または第2種と同時に網、およびわなを受講した場合 17,000円

- 受付期間 9月16日(火)～11月13日(木)
受講希望者は、火・木曜日午前9時30分～午後4時30分に空知猟政協議会事務局(☎0126-24-1111)にお申し込みください。
- 問 合 先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

出張します！マイナンバーカード申請

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 先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)



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

秋の全国交通安全運動の実施

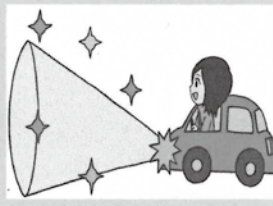
9月21日(日)から30日(火)までの10日間「秋の全国交通安全運動」が実施されます。

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！



上砂川岳

上砂川駐在所
62-2044
下鶴駐在所
62-2069

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。



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
 - ・ 薄暗いときの行動を避ける
- などに気をつけて行動しましょう。

災害に備えましょう！！

7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。

※避難指示が出た時は速やかに避難を！



運転免許証自主返納 臨時窓口開設のお知らせ

10月23日に、役場において、自動車運転免許証の自主返納臨時窓口を開設します。

自主返納を検討されている方は、上砂川駐在所、下鶴駐在所、滝川警察署、上砂川町役場へご連絡をお願いします。

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

9月の特売日 23・24・25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。

※9月7日、14日、20日、21日、28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

○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。車の運転に十分気をつけてください。

※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

パンケの湯

電話 0125-62-2526

FAX 0125-62-6631

○パンケの湯28周年感謝祭！

・日頃のご愛顧に感謝し、9月1日(月)～7日(日)まで
プレミアム回数券販売いたします。

通常12枚綴5,000円のところ14枚にて販売！

・ビンゴゲーム大会 6日(土)午後1時から
○うまいもの市開催！

9月6日(土)午前11時～

○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

■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、ご不明な点がありましたら、砂川年金事務所(☎52-3892)にお問合せください。

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)

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。

※東鶉・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。

■問合先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

9月のゴミ収集日

■問合先 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(9月3日) 第3水曜日(9月17日)	第2水曜日(9月10日) 第4水曜日(9月24日)
地域	下鶉・緑が丘 鶉本町・鶉	東山・朝駒・本町 中町・東鶉・中央

- 空き缶・空きびんは、ゆすいで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10・24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すべての指定ゴミ袋への名前記入が不要になります。

粗 大 ご み

9月17日(第3水曜日)

- 粗大ごみを出す人は、**12日(金)**までにご連絡ください。
- 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!

10% OFF! この広告見た方/
出張見積0円!

【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 旭東質123130000007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 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	18 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
2 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		☆町民センター健康相談、栄養相談 きっ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
	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		献血 町民センター駐車場/午後3時～4時30分
3 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	19 金	☆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
5 金	☆ケアサポーター養成講座 町民センター/午後1時30分～3時	22 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
6 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	24 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
9 火	☆乳幼児相談・健診 町民センター/午前9時30分～午後4時	25 木	おひさまルーム ～ こども園の園庭で遊ぼう ～ 認定こども園ふたば/午前10時～11時
	令和7年第3回上砂川町議会定例会(～11日) 議事堂/午前10時～(傍聴可能日:9日・11日)	26 金	健康の里づくり事業～燻製教室 上砂川岳温泉/午前10時～
	☆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	28 日	◆全町子ども祭り 体育センター/午前9時～11時30分
10 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	29 月	訪問歯科相談 個人宅/午前10時～午後3時
12 金	上砂川町敬老会 町民センター/午前10時30分～	30 火	上砂川町認知症老人と共に歩む会(さつき会) 25周年記念式典 町民センター/午前10時～
16 火	♥カフェまちなか 町民センター/午前10時～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
	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		
17 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		
	♥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		

※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

7日 砂川慈恵会病院(☎54-2300)
14・15・23・28日 砂川市立病院(☎54-2131)
21日 明門医院(☎53-2100)

上砂川町内の 求人一覧

(8月18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>)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
重機オペレーター	柳川建設(株)	59歳以下	1 人
工場作業員	(株)岩渕建設	59歳以下	3 人
一般土木作業員	(有)中森組	不問	2 人
清掃業務員	(株)上砂川振興公社	不問	2 人
医療ガラス製造(機械オペレーター)	マイクログラス(株) 北海道工場	44歳以下	1 人
介護職員(夜勤専従)	(医)萌水会	64歳以下	1 人
柔道整復師	(株)萌福祉サービス	64歳以下	1 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/>