



かみすながわ

2026年
4

～ちいさいマチのでっかい魅力。～



CONTENTS

- 4月19日は上砂川町長選挙の投票日です
- 町議会の動き(令和8年第1回定例会 3月9日～17日)
- 「上砂川町パートナーシップ宣誓制度」が始まります
- 防災行政無線の運用を開始します！
- 防災気象情報が新しくなります！
- 上砂川町健康マイレージ事業について
- バドミントン全国大会出場！！高橋悠羽佳さん
- 上砂川岳温泉無料入浴券の配布について

など

今月の表紙

「上砂川中学校 卒業式
中央小学校 卒業式
認定こども園ふたば 卒園式」

3月12日(木)に上砂川中学校卒業式、3月19日(木)に中央小学校卒業式、3月21日(土)に認定こども園ふたば卒園式が挙行されました。ご卒業・ご卒園おめでとうございます。

2026年2月末現在

人口	2,231 (－ 11)	男	1,060 (－ 7)
世帯	1,431 (－ 7)	女	1,171 (－ 4)

4月19日(日)

上砂川町長選挙の 投票日です

- 投票できる時間は午前7時から午後7時までです。
- 投票当日は啓発のため午前7時と午後6時にサイレンが鳴ります。
- 入場券に記載の投票所を確認のうえ投票所に出かけましょう。
- 身体の不自由な人や字の書けない人のために代理投票制度がありますので、ご希望の方は受付にお申し出ください。
- 投票される方と一緒に18歳未満の方や、補助者・介助者の方は投票所に入ることができます。
- 4月14日(火)の告示日において、届出立候補者が1名の場合は無投票となり、入場券の郵送はありません。無投票の場合は、4月15日以降に選挙ポスター掲示場や生活館等の貼り紙でお知らせします。

投票日当日に仕事や旅行、病気などの理由で投票できない人は、期日前投票又は不在者投票をご利用ください。

なお、入場券は4月14日(火)の告示日に郵送する予定のため、お手元への到着が遅れることが想定されますが、入場券がなくても期日前投票はできますのでご利用ください。

- 期 間 4月15日(水)から4月18日(土)まで
- 時 間 午前8時30分から午後8時まで
- 会 場 役場東館1階第3会議室

■問合せ先 上砂川町選挙管理委員会(☎62-2011)

町議会の動き

第1回定例会(令和8年3月9日~17日)

令和8年第1回定例会が3月9日(月)から17日(火)まで議事堂で開催され、以下の内容について提案し、すべて可決されました。

■同意第1号【公平委員会委員の選任につき同意を求めることについて】

現委員高橋尚志氏が令和8年3月20日で任期満了となるにともない、同氏を再任することについて議会の同意を求めるものです。

■議案第5号【上砂川町過疎地域持続的発展市町村計画について】

現行の上砂川町過疎地域持続的発展市町村計画の計画期間が令和8年3月31日をもって終了することから、同法第8条第1項の規定により令和8年度から令和12年度までの5年間の計画を策定するものです。

■議案第6号【上砂川町乳児等通園支援事業の設備及び運営に関する基準を定める条例制定について】

子ども・子育て支援法に規定する乳児等通園支援事業の実施にともない、児童福祉法の規定に基づき本条例を制定するものです。

■議案第7号【上砂川町特定乳児等通園支援事業の運営に関する基準を定める条例制定について】

子ども・子育て支援法に規定する乳児等通園支援事業の実施にともない、内閣府令の規定に基づき本条例を制定するものです。

■議案第8号【特別職の職員の報酬及び費用弁償等支給に関する条例及び上砂川町附属機関構成員及び非常勤職員等の報酬及び費用弁償条例の一部を改正する条例制定について】
特別職の職員や附属機関構成員等の報酬額を改定するため、本条例を改正するものです。

■議案第9号【上砂川町行政手続条例の一部を改正する条例制定について】
デジタル社会の形成を図るための規制改革を推進するためのデジタル社会形成基本法等の一部を改正する法律の公布にともなう行政手続法の改正により、本条例の一部を改正するものです。

■議案第10号【上砂川町職員の旅費に関する条例の一部を改正する条例制定について】
国家公務員等の旅費に関する法律の一部改正及び特別職の道内日当支給に関する規定の見直し等を行うため本条例の一部を改正するものです。

■議案第11号【上砂川町重度心身障害者及びひとり親家庭等医療費の助成に関する条例の一部を改正する条例制定について】
行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律等の一部を改正する法律の施行にともない、本条例の一部を改正するものです。

■議案第12号【令和7年度上砂川町一般会計補正予算(第8号)】
1億4,270万円を追加補正し、予算総額を37億9,940万円とする提案です。

■議案第13号【令和7年度上砂川町国民健康保険特別会計補正予算(第1号)】
158万1千円を減額補正し、予算総額を7,173万2千円とする提案です。

■議案第14号【令和7年度上砂川町後期高齢者医療特別会計補正予算(第1号)】
173万6千円を減額補正し、予算総額を6,622万9千円とする提案です。

■議案第15号【令和7年度上砂川町水道事業会計補正予算(第3号)】
240万9千円を減額補正し、予算総額を2億288万9千円とする提案です。

■議案第16号【令和7年度上砂川町下水道事業会計補正予算(第2号)】
174万5千円を減額補正し、予算総額を2億3,873万2千円とする提案です。

■議案第17～21号【令和8年度各会計予算について】
各会計の令和8年度当初予算についての提案は、予算特別委員会が設置され、審議の結果、提案どおり本会議において決定されました。(各会計の予算につきましては、下記の「令和8年度各会計の予算規模について」をご覧ください。)

■報告第1号【財政の取得に関する専決処分について】
GlobalAguTech株式会社所有の土地の取得について、令和8年2月16日に所有権移転登記が完了し取得したことにともない、議会の議決に付すべき契約及び財産の取得又は処分に関する条例の規定に基づき、議会の議決に付すものです。

令和8年度 各会計の予算規模について

令和8年度の各会計の予算規模は、下記一覧のとおりとなりましたので、お知らせします。

会 計		予算規模
一般会計		28億9,400万円
特別会計	国民健康保険特別会計	6,334万8千円
	後期高齢者医療特別会計	7,484万9千円
公営企業会計	水道事業会計	1億5,940万円
	下水道事業会計	2億729万2千円
全会計合計		33億9,888万9千円

町からのお知らせ

4月1日からの役場体制(主査以上)

▼ 町 長 部 局 ▼

町 長 奥山 光一

副町長 林 智明

◆総務課◆

課長(デジタル推進担当係長事務取扱) 鷲尾
主幹(総務係長事務取扱) 椿原
主幹(財務係長事務取扱) 渡辺
法務担当調整官 白土
財務係主査 小林
デジタル推進担当係主査 中村
デジタル推進担当係主査 青山

◆福祉課◆

課長(地域包括支援センター長 兼 社会福祉事務取扱) 戸田
医療保険担当課長 (医療保険係長事務取扱) 沼
参事(福祉係長事務取扱) 佐藤
地域包括支援係長 佐藤
地域包括支援係調整官 武田
福祉係主査 谷垣
福祉係主査 塩地
医療保険係主査 五月女
空知中部広域連合派遣主査 奥塚

◆企画課◆

課長 山崎
産業振興係長 小田嶋
企画振興係長 松崎
企画振興係主査 平間

◆健康推進課◆

課長(兼 認定子ども園園長) 林
主幹(健康係長事務取扱) 谷口
主幹(認定子ども園副園長 兼 子育て支援係長事務取扱) 中村

◆建設環境課◆

課長 内野
技師長(建設係長事務取扱) 鈴木
参事(公営企業会計担当・ 環境管理係長事務取扱) 米田
参事(上下水道係長事務取扱) 西井
浄水場管理担当係長 竹内
脱炭素推進担当係長 片岡
環境管理係主査 長谷川
脱炭素推進担当係主査 (兼 有害鳥獣担当主査) 大澤

▼ 教 育 委 員 会 ▼

教育長 飯山 重信

教育次長 斉藤
参事(学校再編等担当・ 社会教育係長事務取扱) 東海
学務係長 高橋

◆住民課◆

課長 佐藤
会計管理者 浅利
参事(税務係長事務取扱) 大石
主幹(会計係長事務取扱) 林
戸籍年金係長 青山
戸籍年金係主査 南

▼ 町 議 会 ▼

町議会議長 高橋 成和

◆議会事務局◆

事務局長 谷
総務係長(兼 書記) 斉藤

大切なパートナーと共に、自分らしく暮らせる町へ 令和8年4月1日から「上砂川町パートナーシップ宣誓制度」が始まります

町では、性の多様性を認め合い、個人として尊重され、自分らしく安心して生活できることを目的に「上砂川町パートナーシップ宣誓制度」を開始しました。この制度は、法律上の効果が生じるものではありませんが、宣誓されたお二人のパートナーシップ関係を尊重し、町が認めることをきっかけとして、地域における理解促進につながることを目指していきます。

【宣誓することができる方】

次のすべてに当てはまるお二人が対象です。

- ・一方または双方が性的マイノリティであること
- ・双方が成年(18歳以上)に達していること
- ・少なくとも一方が上砂川町に住民登録している(または転入を予定している)こと
- ・双方に配偶者がいないことおよび宣誓する相手以外の方とパートナーシップ関係にないこと
- ・互いに近親者(直系血族、三親等以内の傍系血族、直系姻族)ではないこと

【宣誓手続き】

宣誓には、事前予約が必要です。個室で対応いたします。

1. 事前予約(手続き希望日の7日前まで)

以下のいずれかの方法で、住民課戸籍年金係へご予約ください。

電話番号：62-2220

メール：kosekinenkin@town.kamisunagawa.lg.jp

LINE：町公式LINEから

2. お二人で宣誓(来庁)

予約した日時に、必ずお二人で窓口へお越しください。

持ち物：本人確認書類、必要書類など(必要書類などの詳細は町ホームページをご覧ください)
職員立会いの下、宣誓書等に署名し、提出していただきます。

3. 受領証の交付(後日)

約一週間後、来庁していただき、以下の書類をお渡しします。

- ・パートナーシップ宣誓書受領書
- ・パートナーシップ宣誓書受領証明カード
- ・パートナーシップ宣誓書の写し

受領書のお受け取りはお一人でも可能です。



町公式LINE予約は
こちら



町ホームページはこちら

■その他 詳しくは町ホームページをご覧ください。

■問合せ先 住民課戸籍年金係(☎62-2220)

☆不妊治療の助成をしています

町では、不妊治療を受けている方の経済的負担を軽減するために、不妊治療費の助成を実施しています。

- 対象となる治療 ・特定不妊治療(体外受精、顕微鏡授精、男性不妊治療含む)
・先進治療(医療保険適用の不妊治療と併用して実施した先進医療)

- 助成内容 ・特定不妊治療：保険適用後の自己負担分を全額助成
・先進医療：治療費の自己負担3割分を除いた額

- その他 ○特定不妊治療(先進医療)についての詳細は、町ホームページをご確認ください。
○先進医療についての情報は、北海道のホームページをご確認ください。



■相談窓口：旭川医科大学病院産婦人科(☎0166-68-2568)

旭川医科大学病院の不妊治療専門医が担当します

■相談日：毎週火曜日 午後1時～3時(予約受付は月～金曜日 午前10時～午後4時)

■問合せ先：健康推進課健康係(☎62-2014)

防災行政無線の運用を開始します！

令和8年4月1日から防災行政無線の運用を開始し、防災情報等の放送を行います。

放送する内容は全国瞬時警報システム(Jアラート)と連動して国からの緊急情報の他、避難に関する情報なども放送いたします。

放送設備は町内の3か所(役場屋上、鶉本町生活館敷地内、炭鉱館南西100mの位置)に設置した屋外拡声子局(スピーカー)、及び一部の施設に設置させて頂いた戸別受信機により音声、チャイムなどを放送します。

放送された内容が聞き取れなかった等の場合は、(0125)62-6655に電話することにより放送された内容が自動応答装置により確認できます。

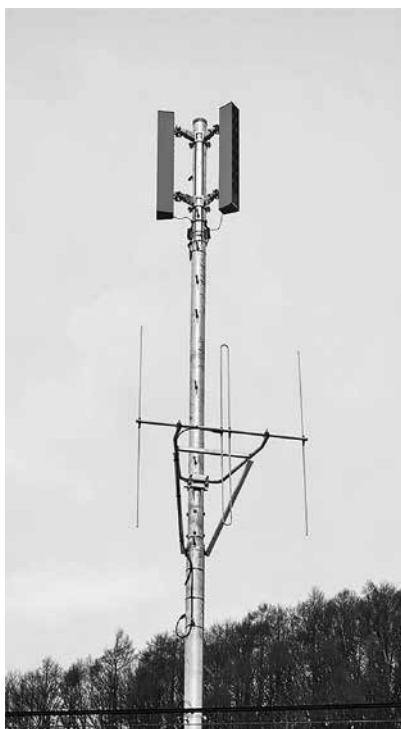
なお、全国瞬時警報システム全国一斉情報伝達試験が下記の日程で実施され、自動的に音声放送されますのでご注意ください。

第1回	令和8年 6月3日(水) 午前11時	予備日	7月1日(水)
第2回	令和8年 8月26日(水) 午前11時	予備日	9月9日(水)
第3回	令和8年 11月11日(水) 午前11時	予備日	11月25日(水)
第4回	令和9年 2月3日(水) 午前11時	予備日	2月17日(水)

役場屋上に設置した
アンテナとスピーカー



鶉本町生活館に設置した
アンテナとスピーカー



一部の施設に設置させて
頂いた戸別受信機



■問合せ先 総務課総務係(防災担当)(☎62-2011)

町税の納期内納付にご協力ください

税金は、町民の皆さんが豊かで健康的な暮らしができるよう、福祉・教育・道路・消防などの事業のための大切な財源です。税金には納期限が決められていますので、必ず納期内に納めましょう。

■問合せ先 住民課税務係(☎62-2013)

納付方法

窓口納付以外にも、様々な納付方法があります。

- 1 口座振替
- 2 スマホアプリ
- 3 コンビニ支払
- 4 地方税統一QRコード (eL-QR)

納付方法等でご不明な点があれば、左記の連絡先までお電話ください。

今月納期の町税・使用料

- ・住宅使用料 4月分
- ・駐車場使用料 4月分
- ・町有財産貸付料 4月分
- ・車庫用地貸付料 4月分

納期限：令和8年4月30日

防災気象情報が新しくなります！

避難情報に関するガイドラインでは、5段階の警戒レベルで住民がとるべき行動が設定されています。対象の災害となる河川氾濫、大雨、土砂災害および高潮に関する情報等は、これまで警戒レベルと住民がとるべき行動がわかりにくくなっていましたが、今回、5段階すべての警戒レベルに対応した情報を改めて設定し、とるべき行動の判断をより一層支援できる情報体系に改善します。

この新たな防災気象情報は、令和8年5月下旬から運用を開始する予定です。

気象庁ホームページの特設ページでは、新たな防災気象情報に関する様々な資料を掲載していますので、情報が発表された際にどのような行動をとるのか事前に確認をしておきましょう。

【新たな防災気象情報の一覧表】

	河川氾濫 1級河川などの 大川川の氾濫	大雨 低地の浸水や 大川川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや 土石流	高潮 海水面上昇や 波の打上げによる浸水	(警戒レベルごとの) 住民が とるべき行動
警戒レベル 5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	命の危険 直ちに安全確保！
<警戒レベル4までに危険な場所から かならず避難！>					
警戒レベル 4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	危険な場所から全員避難
警戒レベル 3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
警戒レベル 2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	避難行動を確認（避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど）
警戒レベル 1	早期注意情報				災害への心構えを高める

■問合先 総務課総務係(防災担当)(☎62-2011)



【新たな防災気象情報に関する特設ページ(気象庁ホームページ)】

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



★介護予防事業 ～あれこれ参加して、若々しい身体で過ごしましょう！～

楽しい運動やダンスを行いますので、奮ってご参加ください。ますますカードのポイントも貯まります。

事業名	令和8年度開始日	会場	講師	内容
ふらっとヘルシー体操	4月6日(月)～	中央ふれあいセンター	健康運動指導士 長谷川 拡介 先生他	からだと脳を元気にする運動
転倒予防教室「足若の日」	4月8日(水)～	上砂川岳温泉パンケの湯	健康運動指導士 大場 康弘 先生	転倒予防運動(温泉利用で様々な健康増進効果が期待される)
肩腰らくらくボール運動	4月1日(水)～	まちの駅ふらっと		スモールボールで肩や腰をほぐす運動
ダンス教室「クレイン」	4月14日(火)～	町民センター	認定ダンス指導員 千代崎 文哉先生	音楽に合わせて楽しくダンス(座位)
百歳体操	※	8地区 生活館・集会所	ケアサポーター主催	ストレッチ、筋トレ、口の体操、脳トレなど
ポールウォーキング		東山・中央・東鶉 ・鶉・鶉本町・緑が丘		ポールウォーキング、地区独自の活動
はつらつクラブ		下鶉生活館		ストレッチ、筋トレ、ラダー(床にハンゴ状のヒモを置いて、足踏み運動)

※地区ごとに曜日や時間が決まっているので、下記までお問い合わせください。

- その他 ふらっとヘルシー体操、足若の日は、送迎バスを運行しています。
日程表・送迎バスの時刻表は、各事業会場、健康推進課健康係窓口にあります。
参加費無料、予約不要。
動きやすい服装でご参加ください。

■問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

★令和7年度介護予防事業「ますますカード」の回収が始まります

「いきいき百歳体操」「足若の日」「ふらっとヘルシー体操」「カフェまちなか」「趣味の会」等に参加して、スタンプを貯めた「ますますカード」を提出していただき、5月から提出した会場で景品をお渡しします。

■回収期間 4月1日(水)～30日(木)

- 回収場所 ①百歳体操・ポールウォーキング会場(各生活館・集会所)
②足若の日会場(上砂川岳温泉パンケの湯)
③ふらっとヘルシー体操会場(中央ふれあいセンター)
④肩腰らくらくボール運動会場(まちの駅ふらっと)
⑤ダンス教室クレイン会場(町民センター)
⑥役場 健康推進課健康係 窓口

■その他 ますますカードに必ず「名前」を記入し、提出してください。
同時に令和8年度の「ますますカード」を配布します。回収場所と同様の場所に各介護予防事業のチラシを設置していますので、ご覧いただきどしどしご参加ください。②～⑤の日程は、毎月広報のカレンダーに掲載します。

■問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています

ヘルプマークとは

義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難聴の方等、援助や配慮を必要としていることが外見からはわからない方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助が得やすくなります。

ヘルプカードとは

援助を必要とする障がいのある方が携帯し、いざというときに必要な支援や配慮を周囲の人にお願ひするためのカードです。日常生活の中ではもちろん、災害時や緊急時など、周囲の人に助けを求めたい時に、ヘルプカードを提示することで手助けを求めやすくなります。

■配布・問合せ先 福祉課福祉係(☎62-2222)

上砂川町健康マイレージ事業

■上砂川町健康マイレージとは

町民の健康づくりを応援する取り組みです。健診やがん検診等を受け、ポイントをためることで、特典(上砂川岳温泉パンケの湯で使える500円分の利用券)と交換できます。

■実施期間 令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

■参加方法 ①チャレンジシートを受け取る

②健康づくりにチャレンジし、6ポイントためる

③チャレンジシートを健康推進課健康係に提出し、特典を受け取る

対象：20歳以上の町民

■上砂川町健康マイレージチャレンジシート 配布予定

年齢	同封案内書類	発送時期
20歳～39歳	かみすなヤング健診の案内	3月
40歳～74歳	がん検診や国保特定健康診査の案内等	6月
75歳以上	後期高齢者健康診査の案内	6月

※健康推進課健康係窓口、各地区生活館・集会所、町民センターにも随時置いています。



■問合せ 健康推進課健康係(☎62-2014)

■マイレージ対象事業とポイント数

※町広報のカレンダーにて、♪マークが付いている事業がマイレージ対象となります。

事業名	ポイント数
・健康診査(国保特定健診、後期高齢者健診、20～39歳の健診※1、生活保護者健診)	2
・がん検診(胃、肺、大腸、前立腺、子宮、乳)、超音波検査(子宮・乳)	各2
・肝炎検査	2
・エキノコックス症検査	2
・町民センター健康・栄養相談《毎月第4木曜日》	2
・健診受診者への健診結果説明会 ※1	2
・健康運動指導士による運動相談	1
・歯科衛生士による歯科相談	1
・上砂川チャレンジシート(体重、歩数、血圧、運動記録等)を活用し、記録する	各2
・普段の食事を2週間分記録する(間食またはアルコールのみの記録でも可) ※2	2

※1 20～39歳の健診受診者は3ポイント

※2 記録する用紙に指定はありません

☆前立腺がん個別検診のお知らせ

40歳以上の男性を対象に前立腺がんの個別検診を行っています。年に1回の検診が推奨されています。

■対象者 町内に住所を有する40歳以上の男性(昭和61年4月1日以前に生まれた方)

■実施期間 令和8年4月1日(水)から令和9年3月31日(水)まで

■実施医療機関

町内	上砂川町立診療所	(☎62-4088)
	勤医協上砂川診療所	(☎62-2204)
町外	明円医院	(☎53-2100)
	砂川慈恵会病院	(☎54-2300)
	細谷医院	(☎52-3057)
	いとう内科循環器科クリニック※注	(☎55-3355)

※注 いとう内科循環器科クリニックはかかりつけ医のみ検診可能です。

■検診内容 問診、採血(PSA検査) ■検診料金 1,000円

■受診方法 検診をご希望の際は、直接希望する実施医療機関にお申し込みください。

■注意事項 前立腺がんと診断されている方および前立腺がんの手術を受けたことのある方は、検診の対象になりません。

■その他 がん検診(7月・8月、10月)、各種健康診断(8月)でも実施します。詳細は町広報に掲載予定です。

■問合せ 健康推進課健康係(☎62-2014)

☆带状疱疹予防接種費用の助成について

带状疱疹ワクチンの接種希望者へ接種費用の一部を助成します。

■対象者

<定期予防接種>

- ①年度内に65、70、75、80、85、90、95、100歳を迎える方
- ②60歳以上65歳未満のヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する者(身体障害者帳1級相当)

<任意予防接種>

- ・上砂川町に住所を有する定期接種対象者以外の満50～64歳の者

■医療機関

	医療機関名	連絡先	取扱ワクチン	
			生	組換え
町内	上砂川町立診療所	62-4088	○	○
	勤医協上砂川診療所	62-2204	○	○
町外	砂川市立病院	54-2131	×	○
	明円医院	53-2100	○	○
	細谷医院	52-3057	×	○
	砂川慈恵会病院	54-2300	×	○
	いとう内科・循環器科クリニック	55-3355	○	○

■予防接種の特徴

	生ワクチン	組換えワクチン
接種回数(接種方法)	1回(皮下に接種)	2回(筋肉内に接種)
接種スケジュール	—	通常、2か月以上の間隔を置いて2回接種 ※接種間隔が2か月を超えた場合は、6か月後までに2回目の接種を行う
予防効果	接種後1年時点	6割程度
	接種後5年時点	4割程度
	接種後10年時点	—
接種後の副作用	注射部位の発赤等	注射部位の痛み、発赤、筋肉痛、疲労等
接種できない方	病気や治療によって、免疫が低下している方	特になし
他のワクチンとの接種間隔・同時接種	他の生ワクチンと27日以上の間隔をおくこと	特になし
	医師が認めた場合、インフルエンザワクチンや新型コロナワクチン、高齢者肺炎球菌ワクチンなどの他のワクチンとの同時接種は可能です。	

■自己負担額

	定期	任意
生ワクチン	4,250円	5,100円
組換えワクチン	11,500円×2回 (23,000円)	13,800円×2回 (27,600円)

※生活保護世帯は無料となります。

■予防接種の受け方

必ず事前に医療機関へ予約し、予診票(定期予防接種者のみ)と身分証明書を持参して受診する。

■注意事項

1. 過去に帯状疱疹にかかったことがある方は助成対象となりますが、帯状疱疹予防接種を受けたことがある方は、助成対象にはなりません。
2. 生活保護受給者の方は、無料になる「予防接種費用助成対象者証明書」をお渡ししますので健康推進課健康係へ電話または来所ください。(証明書がない場合は、料金がかかります)
3. 医療機関によって、取扱ワクチンは異なりますのでご確認ください。

■申込・問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

★「いきいき百歳体操で体力測定～自分の体力を知ろう！」

個人差はありますが、筋肉の量は40歳から年に0.5%ずつ減少し、65歳以降には減少率が増え、80歳までに30%から40%低下すると言われてしています。

百歳体操には参加したことがない方も、ぜひ年1回の体力測定で、ご自身の体力を確認する機会にしてください。

会場	日にち	体力測定の時間
緑が丘集会所	4月6日(月)	午後1時～1時30分
中央集会所	4月9日(木)	午後1時～1時30分
鶉若葉生活館	4月14日(火)	午前10時～10時30分
東鶉ふれあいセンター	4月14日(火)	午後1時～1時30分
東山高齢者住宅	4月16日(木)	午後1時～1時30分
朝駒集会所	4月17日(金)	午後1時30分～2時
下鶉生活館	4月21日(火)	午前10時～10時30分
鶉本町生活館	4月22日(水)	午後1時～1時30分

■その他 予約は必要ありません。動きやすい服装で、上靴(中央・東山以外)・飲み物をご持参ください。

■問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

介護用品支給事業について

町では、在宅で生活する要介護者の経済的負担の軽減と外出の機会を増やすため、紙おむつ等の介護用品の購入券を支給しています。

■対象者 介護保険の要介護3以上と認定された方で、下記のいずれにも該当する方

- ①常時紙おむつ等を使用している方
- ②本町に住所を有している方
- ③町民税等を滞納していない方
- ④生活保護世帯でない方

■支給内容 介護用品支給券(1か月あたり3,500円分)

- ※排せつのための介護用品(紙おむつ、尿取りパッド、使い捨て手袋等)の購入に使用可能
- ※町内の取扱店で購入費の一部に充てることができます。

■申込・問合せ先 福祉課福祉係(☎62-2222)

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 4月25日(土)
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☀

～ こども園で遊ぼう♪～

- とき 4月24日(金) 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 今年度初めてのおひさまルームです。こども園のおもちゃで楽しく遊んで過ごします。
- 持ち物 水筒(幼児のみ)
- 申込 準備の都合上、4月21日(火)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 4月23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)

バドミントン全国大会出場！！ 高橋 悠羽佳さん



3月20日から22日に大阪府で開催される、第26回全日本中学生バドミントン選手権大会に出場する、高橋悠羽佳さん(上砂川中学校2年生)が3月17日に上砂川町役場を訪問されました。

1月に帯広市で行われた、北海道中学生新人バドミントン競技選手権大会女子シングルスで3位に入賞し、全国大会の切符を手に入れました。

高橋さんは「チームに貢献できるように頑張ります。まずは、1回戦を突破できるように頑張ります。」と決意表明されました。

令和8年度 キッズ体験くらぶ年間予定

キッズ体験くらぶでは、町内小学生を対象とした様々な体験学習を予定しています。

	日程	内容	場所
第1回	5月23日(土)	工作	町民センター
第2回	6月27日(土)	工作	町民センター
第3回	7月25日(土)	プール	奈井江町
第4回	8月15日(土)	プール	奈井江町
第5回	9月26日(土)	化石発掘体験	沼田町化石館
第6回	子ども会育成協議会で決定します	子ども祭ブース出展	体育センター
第7回	11月28日(土)	モルック	体育センター
第8回	12月19日(土)	モルック	体育センター
第9回	1月23日(土)	工作	町民センター
第10回	2月27日(土)	雪遊び	町民センター

■問合先
教育委員会社会教育係
(☎62-2881)

※感染症、天候の影響等により、内容の変更や中止になる場合があります。

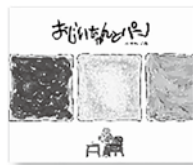
※各事業の詳細につきましては、日程の1ヶ月前を目安に小学校を通じてチラシを配布いたします。

町民センター図書室だより

おすすめ絵本・児童書

◆おじいちゃんとパン

絵・文：たな



出版社：パイ インターナショナル

おすすめ一般書

◆今を春へと

著者：奥田亜希子



出版社：双葉社

おじいちゃん、今日はなにぬるの？食パンを通してつづる、おじいちゃんとぼくの、やさしくておいしい、パンのおはなし。

甘いものが大好きなおじいちゃん。食パンに、毎日ジャムやマシュマロなどの甘いものを塗って食べています。その甘いパンを楽しみにしているのが、まごの「ちびすけ」。このちびすけの成長を、食パンレシピと共につづります。

- ◆かがみのサーカス わたなべちなつ
- ◆しろいうま やなせたかし
- ◆いっしょにかえっていい？ にしだのびまさ
- ◆みつけてかぞえて
どこどこどうぶつ ガレス・ルーカス

「2026年本屋大賞」特集

今年も本屋大賞の時期がやってきました！本屋大賞とは、「全国書店員が選んだいちばん！売りたい本」をキャッチコピーに掲げ、2004年から毎年10作品がノミネートされ、最も得票数を得た本が大賞となります。また、投票は「本と読者」を最も知る立場にある書店員の投票で行われています。今年の本屋大賞は4月9日(木)発表予定です。大賞発表まで、ノミネート作品を並べてありますので、読み比べして大賞を予想するのも面白いです。

また、折り紙・切り紙の本も展示しているので興味ある方は見て下さいね！

- ◆spring—another season 恩田陸
- ◆成瀬は都を駆け抜ける 宮島美奈
- ◆最後の一色<下> 和田竜
- ◆小学61年生 朱川湊人
- ◆鋼鉄の城塞 伊東潤
- ◆ぼくの学校は世界中 雲野秀美
- ◆白雪姫と五枚の絵
ぎんなみ商店街の事件簿2 井上真偽
- ◆あなたの四月を知らないから 青山エリ
- ◆楽園の瑕 相場英雄
- ◆みずいらず 染井為人
- ◆しっぽのカルテ 村山由佳
- ◆月白 宇佐美まこと
- ◆ひとり旅日和 花開く！ 秋川滝美
- ◆アフター・ユー 一穂ミチ

- 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 6日・13日・20日・27日



まちの話題

2月16日・19日 中学校1年生総合的な学習



中学校1年生が総合的な学習の取組みの一環として、役場の職員から業務内容などについて学びました。

2月20日 かんじきウォーク



25名が参加し、かんじきを履いて日本庭園を散策しました。

2月25日 鶉小学校とのオンライン交流



福井県鶉小学校とオンラインで交流し、町の特徴や魅力などをお互いに伝え合いました。

2月28日 第8回紙袋ランタン点灯・
ペーパーフラワー展



鶉本町生活館にて「華の金曜日コスモスの会」主催による約1,600個の紙袋ランタンの点灯やペーパーフラワーの展示が行われました。

3月2日 国民参政135周年・普通選挙100周年・
婦人参政80周年記念表彰



現上砂川町選挙管理委員会委員長の岡克人氏の長年の功績が認められ、総務大臣感謝状を受賞されました。

3月3日 砂川青年会議所記念品贈呈



中央小学校新1年生に、砂川青年会議所から防犯ブザーが贈呈されました。

3月3日 中央小学校、上砂川中学校
令和7年度頑張った児童生徒顕彰 表彰



ピアノ、作文コンテスト、スポーツ(剣道、バドミントン、空手)で優秀な成績を収めた中央小学校児童(1名)、上砂川中学校生徒(4名)が「令和7年度頑張った児童生徒顕彰」として表彰されました。

3月7日 小学生プログラミング教室



町民センターで開催され、2名の児童が参加し、PCゲームを使って楽しくプログラミングを学びました。

3月10日 ありがとうの会



中央小学校4年生の総合の学習で町について学び、町のPR動画を製作し、ご協力をいただいた団体に感謝を伝えました。

3月15日 上砂川町外国人交流会



まちの駅ふらっとで開催され、23名が参加し、懇談やゲームなどを通して交流を深めました。

PR動画は役場に寄贈され、役場1階で放映していますので、ぜひご覧ください!



～ドローン国家資格取得を目指す！～
「上砂川ドローンフライト講座」開講

多岐にわたる社会課題解決の一手としてドローンが活躍しており、成長を続ける産業の1つです。2022年にドローンの国家資格制度が開始し、有資格者は飛行申請の簡略化、飛行可能な方法が増えるといったメリットがあります。ドローン国家資格に興味があり取得を希望する町民向けに、ドローンパイロットである地域おこし協力隊谷口隊員による操縦練習講座を開講します。ご希望の方はお問合せ、お申込下さい。

■本講座のメリット

国家資格取得を目指す町民向けにドローン操縦練習を行います。最低10時間の飛行練習をすると「経験者」として民間ドローンスクールを受講でき、費用・日数の負担が軽減されます。一部条件がございますので詳細は谷口隊員へお問合せ下さい。

■対象者・受講料

ドローン国家資格取得を目指す16歳以上の町民。受講料無料。機材はこちらで用意。

■実施期間・定員

第1期：4月～6月 第2期：7月～9月 第3期：10月～12月 第4期：1月～3月
各期定員2名。1回3時間の講座を合計8回実施します。1名の場合は合計4回。

■会場

町民センター大会議室

■留意点

本講座のみで国家資格は取得できません。本講座を受講後、ドローンスクールを経験者コースで受講し、修了試験・学科試験に合格することで国家資格を取得できます。

■問合せ先・申込先

まちの駅ふらっと 谷口(☎74-6400)

Mail: kamisunasky@gmail.com

右の二次元コードからのお申込も可能です。



地域おこし協力隊 谷口隊員による
「かみすながわシニアドローンクラブ」の募集について

■場所 町民センター1階中会議室

■日時

4月	1日(水)・15日(水)	10月	7日(水)・21日(水)
5月	13日(水)	11月	4日(水)・18日(水)
6月	17日(水)	12月	2日(水)・16日(水)
7月	8日(水)・15日(水)	1月	6日(水)・20日(水)
8月	5日(水)・19日(水)	2月	3日(水)・17日(水)
9月	2日(水)・16日(水)	3月	3日(水)・17日(水)

※午後1時～3時

■活動費 無料

■対象者 町内在住のシニアの方

■問合せ先 まちの駅ふらっと 谷口(☎74-6400)

Kamisunagawa Senior Drone Club
2026

かみすながわシニア
ドローンクラブ
まちなか
メンバー募集

場所：町民センター1F中会議室
活動日：月2回水曜日13～15時
※日程は裏面をご覧ください。

活動費：無料
対象：町内在住シニアの方
※ドローンはお貸ししますので購入不要です。

お問い合わせ まちの駅ふらっと
TEL 0125-74-6400 地域おこし協力隊 谷口宛

ドローンでひらく、第二の人生。

地域おこし協力隊 西田隊員による
『はらぺこやけん in ふらっと「旅するはらぺこレストラン」の開催について



※定員には限りがあるため、応募多数の場合は抽選を行います。

■問合せ先 まちなかの駅ふらっと 西田(☎74-6400)

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」にて、木工・レザークラフトなどの体験教室を月替わりで開催しますので、ぜひご参加ください！

- テーマ 刻印で名前を刻む レザータグ作り
- 会場 まちなかの駅ふらっと
- 日時 4月25日(土)
- 定員 先着20名(当日受付)
- 対象者 小学生以上(町内外どなたでも参加可能)
※より多くの方にもものづくりの楽しさを体験していただくため、町外の方も参加できるようにしました。
- 体験料 無料
- 申込方法 当日会場にて、先着順に予約を受け付けます。
(定員に達し次第受付を終了いたします)
- 問合せ先 まちなかの駅ふらっと 吉田(☎74-6400)



上砂川町 協力隊通信

2025年度



地域プロジェクトマネージャー

かつなが たくや
勝長 拓也（札幌市出身）

こんにちは！地域プロジェクトマネージャー3年目の勝長です。
2025年度は地域おこし協力隊員の進路について一緒に模索したり、
ビアガやクリスマス市などのイベントを立ち上げたりという年でした。

昨年度から、積極的に実施し、成果も出てきた「協力隊募集の広報活動」を、2026年度はさらに伸ばし、手に職を持った移住者を増やしていき『手仕事の会』や『ドローン教室』のように、子どもたちが様々な経験をし、将来の選択肢を広げられる上砂川町に出来るように頑張っていきます！



集落支援員

エクルンド・カール・ロビン（スウェーデン出身）

皆さん、こんにちは！ また春風が感じられるような暖かな季節になりましたね。皆さんには大変お世話になりました。

さて、令和7年度の支援員活動についてですが、年々少子高齢化が進んでいる上砂川町の皆さんの生活の困り事の改善、環境整備のための支援活動をコツコツとやってきましたが、まだまだ手をつけられていないところが山ほどあります。時間も限られているため、全部は出来ませんが、出来る限りの改善や支援をしていきます！今後ともよろしくお願い致します。



地域おこし協力隊

にした まい
西田 舞衣（徳島県出身）

こんにちは！地域おこし協力隊1年目の西田 舞衣です。
2025年8月に着任して、早くも半年が経ちました。

皆さんに「雪めっちゃ降るから気を付けな！心の準備しときな！」と脅され続けた北海道の冬も、なんとか乗り越えられそうで一先ず安心しています(笑)
この半年間の活動は、「狩猟免許の取得」と、「クリスマス市での夜行列車レストラン」の2つが大きな出来事だったなぁと個人的に思っています！
2026年は、「鹿を自分で獲って、捌いて、料理する」、「空知産の食材を使った美味しいものを町内外の人に届ける」、この2つをしっかりと実現させ、料理人としての知見を存分に生かして、美味しいもので上砂川町を活気づけられるように頑張っていきます！



地域おこし協力隊

よしだ あきひこ
吉田 章彦（岐阜県出身）

協力隊3年目となりました、木工作家の吉田章彦です。

これまで、木工やレザークラフトの体験会【手仕事の会】の継続開催や、町内外でのイベント出展を通して、延べ1,000名を超える方にものづくりを体験していただきました。

町内の皆さんはもちろん、町外からも多くの方が上砂川町へ足を運んでくださり、ものづくりが“人を呼ぶ力”を持っていることを強く実感しています。

今年度は、趣芸館を本格的な工房拠点として活用し、木工機械を用いた制作体制を整えていきます。町のお祝い品の開発や、ふるさと納税返礼品の提案をより具体的に進め、上砂川町ならではの“逸品”を形にしていきたいと思います。任期最終年度となる3年目、これまで蒔いてきた種を、確かな形へと育てる一年に。ものづくりを通して、再び訪れたいくなる町へ。

そのきっかけを、手仕事から生み出していきます。



地域おこし協力隊

たにくち ゆきひろ
谷口 幸大（大阪府出身）

いつもお世話になっております。ドローンパイロットの谷口です。着任してからあっという間に時が過ぎ、協力隊任期は残り半分となりました。今年度は①小学生向けドローン×プログラミング教育、②ドローン

による有害鳥獣対策、③介護予防目的のシニア向けドローンクラブ開催、④町内イベントの空撮・映像制作の仕事を進めて参りました。④については町のYouTube「かみすなライフ」や「Kamisuna SKY」にて公開しておりますので是非ご覧下さい！

既にご存知の通り、昨年秋にクマの出没が頻発し、日常生活に影響を及ぼしました。令和8年度の重要な仕事の1つに、有害鳥獣に対し、ドローンが迅速に対応できる体制を整備し、地域の皆様の安心安全な暮らしに繋げることを挙げております。引き続き「空から地域へ貢献」を合言葉に活動して参りますのでご理解、ご協力をお願い致します。ドローンが創る近未来社会へご期待下さい！



Kamisuna SKY
YouTube 二次元コード



地域おこし協力隊

かのう けい
加納 慧（札幌市出身）

こんにちは！2025年4月から地域おこし協力隊として活動しております、加納 慧と申します。

札幌で生まれ育ち、製菓の専門学校卒業後は札幌の老舗菓子店、神奈川の有名老舗菓子店で修行をし、自分の店を持つことを目標に上砂川町に夫婦で移住してきました。

本格的な設備ではないので、現状は焼菓子を作ることしか出来ませんが、いつかは上砂川町の皆さんに、美味しい本格フランス菓子を提供したいなと思っています。

まちの駅ふらっとで焼き菓子の販売を常時、行っています。皆様のご来店をお待ちしています。

令和8年 春の火災予防運動 4月20日(月)～4月30日(木)

暖房機器の使用等により火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、火災予防思想の一層の普及を図り、もって火災の発生を防止し、死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的に毎年実施しています。

■統一標語 「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

■住宅火災からいのちを守る10のポイント

4つの習慣

- ①寝たばこは絶対にしない、させない
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ③コンロを使うときは火のそばを離れない
- ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

■主要行事予定

4月19日(日) 午前9時 一般住居予防査察
(鶉・緑が丘地区予定)
午前10時30分 火災予防啓発演習
(東山地区予定)

4月24日(金) 午前9時40分 避難訓練(認定こども園)
※避難訓練の実施が必要な事業所は、訓練計画を立て、所定の様式を提出してください。

■問合せ先 砂川消防署上砂川支署予防係(☎62-2021)

6つの対策

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロなどは安全装置の付いた機器を使用する
- ②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- ③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する
- ④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく
- ⑤お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

滝川保健所からのお知らせ ～こころの健康相談～

保健所保健師による心の相談を随時受け付けています。

■相談方法 電話または面接 ※訪問等(面接や相談)は、予約をお勧めします。

■相談内容 心の悩み、うつ病、自殺対策、ひきこもり、自死遺族の相談

■時 間 平日 午前8時45分～午後5時30分(祝日、年末年始を除く)

■料 金 無料

■そ の 他 ご本人だけでなく、家族や支援関係者からの相談も受け付けています。

■相談・問合せ先 滝川保健所健康推進課健康支援係(☎24-6201)

☆20～39歳の方へ！ ★かみすなヤング健診のお知らせ★

～土曜日にも健診を受けられます(町外医療機関にて実施中)～

■対 象 令和8年度に20歳から39歳になる住民
(上砂川町に住民登録をしていること)

■実施期間 令和8年4月1日(水)から
令和9年3月31日(水)まで

■持 ち 物 問診票、住所がわかるもの
(運転免許証・マイナンバーカード等)
※問診票は対象者へ3月末に送付済。

■健診内容

- ・身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)
- ・血圧測定
- ・血液検査
(脂質、血糖、貧血、肝機能、腎機能)
- ・尿検査(糖、蛋白、潜血)
- ・心電図検査

■医療機関

健診機関名	電話番号
上砂川町立診療所	☎62-4088
勤医協上砂川診療所	☎62-2204
明円医院	☎33-2100
細谷医院	☎52-3507
いとう内科循環器科クリニック	☎55-3355

※受診する方は医療機関へ直接お申し込みください。

■料 金 無料

■問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

ヒグマに注意してください！

4月1日(水)から5月31日(日)は「春のヒグマ注意特別期間」です。

昨年、道内でヒグマによる人身被害が相次いで発生、冬期間も目撃が続きました。

人身被害は春と秋に集中しており、山菜採りやキノコ狩り中に被害に遭うケースも多く見られます。山には山菜やキノコが豊富にあります。ヒグマもいます。

今まで遭ったことがないので大丈夫と言っても、それは運が良かっただけです。

(ヒグマに遭遇したときは)

1. 後ずさりし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. 子ヒグマを見ても近づかない。



(ヒグマに出遭わないためには)

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。



公式LINEアカウント

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。

上砂川町では、「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)

第3回北海道そば道上砂川そば打ち名人大会 第18回北海道そば道生粉打ち名人大会

4月25日(土)に二八そばの大会を、翌26日(日)には十割そばの大会が、両日とも午前9時から体育センターで開催されます。

会場では、下記のとおり昼食時に「ぶっかけそば」(25日は二八そば、26日は十割そば)を400円で提供いたします。大会を見学後にぜひお立ち寄りください。

■と き 4月25日(土)・26日(日)
午前11時～午後2時

■ところ 町民センターロビー

■問合先 北海道空知上砂川手打ちそば愛好会事務局
齋藤(☎090-8905-3945)

かみすながわ炭鉱館 オープン日のお知らせ

■開館期間

5月2日(土)～10月31日(土)
期間中の土日祝・GW・お盆

■開館時間

午前10時～午後4時

■入館料

無料

■問合先

企画課産業振興係(☎62-2223)

改正労働安全衛生法が執行されます

本年4月1日から改正労働安全衛生法が施行され、①注文者に対して個人事業者等の保護、②事業者に対して高年齢者の労働災害防止の取組が義務付けられます。

詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。

◆厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署(支署)



令和8年度交通災害共済加入募集

- 加入会費 400円/年
- 加入できる人
 - ・中空知圏域内に住民登録している人
 - ・就学のため圏域外に居住している人
- 対象となる事故
自動車・バイク・自転車等による道路上での事故により
実入通院日数が3日以上の場合
- 申込用紙設置場所
役場・町民センター・各町生活館
- 受付開始 2月2日(月)から
- 申込・問合せ
総務課総務係(☎62-2011)

令和8年度 中空知広域市町村圏組合
構成市町: 芦原市・赤平市・滝川市・砂川市・歌志内市・赤井江町
上砂川町・涌白町・新十津川町・南竜町

交通災害共済 加入募集

受付開始
令和8年2月から
共済期間: 令和8年4月1日~令和9年3月31日
※年度途中でも加入できます。

交通災害共済とは: この共済制度は、中空知地区の住民で交通事故による災害を受けた方へ一定の見舞金を支給し、生活の安定と福祉の増進に寄与する相互扶助を目的とした制度です。多くの方の加入をお願いします。

加入希望者は総務課総務係の窓口でお申し込みをお願いします。申込用紙は役場の他、町民センター、各町生活館にも設置していますのでご利用ください。

また、取りまとめをしていただける方には加入奨励金を例年同様にお支払いいたします。ご協力いただける方は、総務課総務係までご連絡をお願いします。

奥沢パークゴルフ場のシーズン券販売開始 & 営業予定期間のお知らせ

- シーズン券の販売時期
 - 販売開始 4月15日(水)
 - 金額 6,000円
 - 販売場所 町民センター(☎62-5225)
上砂川岳温泉パンケの湯(☎62-2526)
- 営業予定期間
 - オープン日 4月25日(土)
 - クローズ日 10月31日(土)
 - 定休日 木曜日

※営業期間は、積雪等によるコースの状態により変更となる場合があります。

また、天候や熊の出没等により、急遽利用制限がかかる場合があります。

※ふれあい公園のパークゴルフ場は平成30年度より封鎖しています。

■問合せ先 教育委員会社会教育係(☎62-2881)

電気ご使用開始には通電作業が必要となります

2026年5月から、引っ越しなどによる電気の使用は北電ネットワークによる電気メーターの通電(遠隔操作)が必要となります。(これまでは未契約時でも通電されていましたが今後は遮断された状態になります。)希望日から電気を使用するには、契約する電力会社へ使用開始の手続きを早めに済ませる事がポイントです。北電ネットワークは電力会社からの申し込みを受けてから通電を行います。なお、電力会社(小売電気事業者)とは電気を一般のご家庭や企業に販売する会社(北海道電力もその一つ)のことで、一覧は、資源エネルギー庁のホームページ等で確認できます。

■問合せ先 ほくでんネットワーク(株)滝川ネットワークセンター(☎0120-06-0409)(ガイダンス5)

上砂川岳温泉無料入浴券の配布について

町では、町民の皆さんの健康増進のため、年に1回上砂川岳温泉無料入浴券をお配りしています。4月号広報に折込していますので、ぜひご利用ください。

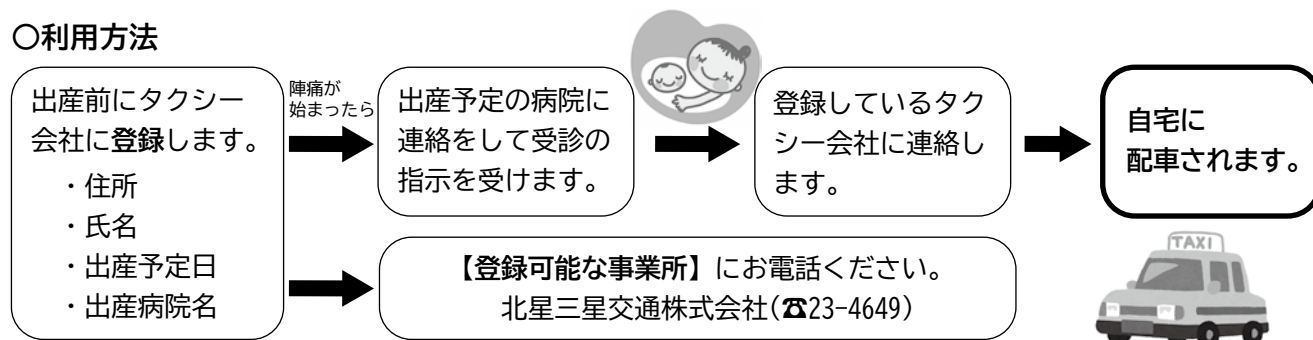
- 対象者 上砂川町に住所のある世帯 ※施設に入所している方への配布はしていません。
- 有効期限 令和9年3月31日(水)
- その他 無料券で入館された場合、スタンプカードの押印はいたしません。
広報が届いた際に無料入浴券が折り込まれているかご確認ください。
折り込まれていない場合は企画課企画振興係(☎62-2223)までご連絡ください。
期間が経過してからのご連絡には対応できない場合があります。

☆上砂川町陣痛タクシー事業を行っています！

上砂川町に住民票がある妊婦さんを対象に、陣痛が始まった際に町内の自宅(実家)から砂川市立病院まで安心安全に移動するためのサポートとして「陣痛タクシー事業」を行っています。

事前登録いただくことで、利用料を全額助成(自己負担0円)します。

○利用方法



- ・完全登録制で、登録料・利用料は無料！ ・365日24時間対応！
 - ・お迎えの際にはバスタオル・防水シートを準備しているので安心して乗車できます。
 - ・研修を受けたドライバーが対応しますので、妊婦さん一人でも安心です。
- ※登録後必ず利用しなければならないというものではなく、いざという時の安心のためのサービスです。

■問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

ゴミ袋・し尿証紙売り捌き所一覧

No.	店名	住所	電話	ゴミ袋証紙	し尿証紙
1	ローソン	中央北1条4丁目1-1	62-3939	○	○
2	パンケの湯	字上砂川65番地106	62-2526	○	×
3	よしかわ	鶉本町北2丁目2番5号	62-2727	○	○
4	セイコーマート	鶉1条3丁目1番1号	63-2080	○	○
5	下鶉共同浴場	下鶉南2条2丁目1番5号		○	×

※下鶉共同浴場の販売日は日曜日、火曜日、水曜日、金曜日(午後3時～7時まで)

■問合せ先 建設環境課環境管理係(☎62-2221)

ご厚志ありがとうございます。
(企業版ふるさと納税)

株式会社セコマ 様
ホクレン農業協同組合連合会 様



株式会社セコマ 様

大切な人を救えるのは いつもそばにいるあなた!



いざという時のための 救命講習



救命講習を受講して、応急手当の方法を身につけましょう

もし、皆さんの目の前で、家族や友人、同僚などが突然倒れたり、ケガをしたりした時、あなたは適切な救命処置、応急手当を行うことができますか？何もせず救急車が到着するまで待ちますか？

応急手当は、特別な資格がなくても、誰でも行うことができます。

万が一の時に備えて、大切な人、家族を、命を守るため、救命講習を受講して、倒れた人を見つけた時に、どう行動するか？人工呼吸、胸骨圧迫、AED の使用方法、心肺蘇生法などの知識や技術を学びましょう。

大切な命を救うために「知識」や「技術」も必要ですが、一番大事なものは一歩を踏み出す「勇気」です。目の前で倒れた人を発見したら、傍観者とならずに近づいて声をかけましょう。

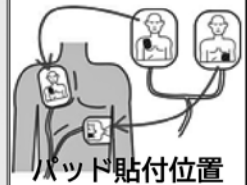
受講料は無料です。

事業所、団体等だけでなく、個人での申し込み、受講も可能です。

救命講習ではなく、心臓マッサージのみ、AED の取扱のみ、応急手当等の指導も可能ですので、お気軽にご連絡ください。



胸骨圧迫位置



パッド貼付位置

救命処置の手順 倒れて意識がない人を発見したら

①周囲の安全を確認してから声をかけ、反応の有無を確認する。



⑥AED が届いたら電源を入れて音声に従う。その間も心臓マッサージは止めずに続ける。



②周りに人がいる場合「人が倒れています。助けてください。」と大声で協力者を呼ぶ。



⑦2枚のパッドを右胸と左わき腹に貼り付ける。その間も心臓マッサージは止めずに続ける。



③集まってきた協力者を指し示し、「119 番通報をお願いします。」と依頼する。



⑧「解析中です。手を触れないでください。」の音声で心臓マッサージをやめて、心電図の解析を待つ。



④集まってきた協力者を指し示し、「近くに AED があったらお願いします。」と依頼する。



⑨AED が電気ショックを必要と判断した場合、周囲の安全を確認して、電気ショックボタンを押す。



⑤呼吸の有無を確認する。呼吸をしていない、普段通りの呼吸でなければ心臓マッサージを始める。



⑩電気ショックのあとは、すぐに心臓マッサージを再開する。救急車が到着し、救急隊と交代するまで続けます。



- ・ 反応があり、呼吸もある場合は、声掛けをして、楽な姿勢を取らせて、救急車を待ちます。
- ・ AED がいない場合は、心臓マッサージを続けます。
- ・ 電気ショックが不要な場合は、心臓マッサージを再開します。
- ・ 女性への処置をためらってしまう場合があると思いますが、命には代えられないのでためらわず行いましょう。タオルや上着などで覆うといいでしょう。



タオル

■問合先 砂川消防署上砂川支署救急係(☎62-2021)

消費者被害防止

2026年4月号

ネットワークニュース

「灯油タンク洗浄やフィルター交換します」

との勧誘に注意!!

雪解け時期の春先に、

「灯油タンクが汚れているので洗浄しますね」

「フィルター交換した方がいいですよ」と、

突然、町外の業者の訪問があったという相談が見受けられます。



- ・訪問販売は事業者名や契約内容を説明しなければなりません。必要がなければキッパリ断りましょう。
- ・灯油タンクの洗浄はいつも利用している灯油配送業者に相談して洗浄することができます。いきなり訪問してきた業者にその場ですぐ頼むことはしないようにしましょう。
- ・事業者の勧誘を断り切れずに作業してもらった場合ご相談ください。(支払い後でも契約を解除できる可能性があります)
- ・業者が進める作業(契約)は一人で判断せず、ご家族や消費生活センターに相談してから依頼するようにしましょう。

～こんな時は消費生活センターにご相談ください～

- ◆町内業者から頼まれていると言われ作業を依頼してしまった。
- ◆訪問販売お断りステッカーを貼っているのに訪問された。
- ◆事業者の勧誘を断り切れず契約してしまった。

〈問い合わせ先〉上砂川町消費生活センター (☎62-2243) 平日 8:45~17:00

2026年

春

交通安全だより

春の全国交通安全運動

交通事故死ゼロを目指す日 4月10日(金)

運動期間

4月6日(月)から4月15日(水)までの10日間

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～

運動の重点

- 1 通学路・生活道路における
子どもを始めとする歩行者の安全確保
- 2 「ながらスマホ」の根絶や
歩行者優先等の安全運転意識の向上
- 3 自転車・特定小型原動機付自転車の
交通ルールの理解・遵守の徹底
- 4 飲酒運転の根絶
- 5 スピードダウンと全席シートベルト着用の徹底



うわっ!!
危ない!

と思う前に...



「とび出し」は危険! 子どもへの指導を徹底



横断前の
ストップと
安全確認!

ストップ

シートベルトはOK?



すべての座席で
シートベルト&チャイルドシート

4月1日
から
スタート!

道路交通法一部改正

自転車の 違反に反則金!

★自転車の交通違反に対し、車やバイクなどと同様に交通反則切符(青切符)による取締りが行われます。

★16歳以上の人が対象です。

青切符の対象となる違反行為と反則金額の例

●ながらスマホ/12,000円	●右側通行/6,000円	●遮断路切立入り/7,000円
		●信号無視/6,000円
		●一時不停止、傘差し、イヤホン等の使用/5,000円
		●並進、二人乗り/3,000円

飲酒運転など特に悪質・危険な違反には即、罰則が適用されます!

春の全国交通安全運動 4月6日(月)～4月15日(水)

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

こんなふうに思っていたら：危険です！！



歩行者の場合…

斜めに渡ったほうが近道だよね…



“斜め横断”は、斜め後ろから
走行してきた車に気づきにくい…

横断前は必ず立ち止まり、
左右の安全を確認してから、まっすぐ横断！

横断歩道の信号が青なんだから、
車は当然止まるよね…



無警戒に交差点を右・左折してくる
ドライバーが少なくない…

横断前と横断中は、交差点を広く見渡し、
車が曲がってこないかしっかり確認！

自転車利用者の場合…

車通りの少ない交差点だし、
いちいち止まるのは面倒…



自宅近くの通り慣れた交差点での
出会い頭事故が多い…

車通りが少ない交差点でも、通行前に
必ず一時停止し、車がきていないか確認！

歩道にいる歩行者が邪魔で
走りづらいなあ…



自転車が通行できる歩道でも、
歩行者の通行が優先…

歩行者の通行を
妨げそうなときは必ず一時停止！

ドライバーの場合…

ライトをつけていれば
歩行者がいても見えるよね…



ライトの照射範囲は意外と狭く、
特に右側からの横断歩行者はよく見えない…

こまめにライトを上向きにし、前方右側の
暗やみにいる歩行者の早期発見に努める！

渋滞しているし、
ちょっとスマホを見ちゃおっと…



脇見による追突事故が多い…

運転中のスマホの使用は厳禁！
渋滞中でも、前車の減速・停止に備え、
いつでもブレーキを踏める構えで追従！

●このチラシの掲載内容の無断転載・無断複製を禁じます。(インターネット上の掲載を含む)

UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

©SIGNAL 036202SG3004

令和7年度 歳末たすけあい募金運動の内訳 (敬称略・順不同)

- 66,000 円 町職員管理職一同 □22,121 円 町職員一同
- 22,000 円 砂川地区広域消防組合上砂川支署管理職・職員一同
- 20,000 円 サクライ、石浦恒男
- 10,000 円 増原工務店、アイ(ヘルパーステーションサンシャイン)、北将工業、彰信寺、ふくしサービス、砂川地区広域消防組合上砂川消防団一同、道弘寺、匿名、匿名
- 7,000 円 證法寺
- 5,000 円 岩淵建設、佐藤板金工務店、サンコー上砂川営業所、共栄鋳業、勤医協上砂川診療所、三鋳建設、日泉寺、東鶉歯科診療所、マイクログラス、柳川建設、中森組、北門信用金庫上砂川支店、高橋工務店、林智明、飯山重信、竹内順導、野々宮賢史、匿名
- 3,000 円 證法寺仏教婦人会、旭プリンター、上砂川鶉郵便局、上砂川炭山郵便局、上砂川郵便局、さとう理美容室、長田商店、北海道共栄フード、ひで鍼灸マッサージ院、坂本時計電気商会、よしかわ、リハナース訪問看護ステーション、ベスト電器やまと上砂川店、ローソン上砂川町店、伊東裕鐘
- 2,600 円 理容美容かわはら
- 2,000 円 だるまや食堂、クロバー洋品店、今野生花店、船水靴鞆店、理容のナカムラ、サロンドこばやし、北輪運輸、チャームサロン一条美容室、そらけん、木村征紀、河口のり子、熊谷恵美子、荒木初江、大日向教生、原田眞里子、北山博、田中正雄、藤田由美子、大内恵寿子、白川勇人、西藤政昭、佐々木より子、西岡千加子、宮本康子、池添和男、與田博美、富田克朗、田中靖、佐藤貴子、佐藤智恵美
- 1,000 円 高崎自転車商会、北日本エネルギー株式会社札幌支店上砂川給油所、ロボットシステムズ、おおばやすひろ整体院、丸二物産
- 500 円 西村酒類食料品店
- 300 円 岩見沢ヤクルト販売



※法人事業所の(株)及び(有)を省略させていただきましたのでご了承ください。



生活支援交流サロンよってけ場（1月22日）



ふれあい昼食会の開催（町内8地区）
写真：鶺本町地区



ケアサポーター養成講座の開催（全5回）



全町社会福祉大会の開催（10月18日）



日常生活でのちょっとした困りごとや心配事はありませんか？
ひとりで抱え込まず、社会福祉協議会にご相談ください。
生活支援コーディネーターとケアサポーターがお手伝いします。

- 対象者 上砂川町にお住まいの方で、65歳以上の高齢者のみで構成される世帯、65歳以上の高齢者と64歳未満の障害者等で構成される世帯の方がご利用出来ます。
（その他もご利用頂ける場合もございますので、ご相談ください。）
※ボランティアサービスのため、相談後に支援の調整をいたします。
調整後、ご希望に添えない場合もありますので、ご了承願います。



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 上砂川町役場庁舎内

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

上砂川町社会福祉協議会からの お知らせ

日常生活自立支援事業



高齢や障害により日常生活の判断に不安のある在宅で生活し援助内容を理解できる方に対して、利用契約を結ぶことにより「生活支援員」がサービスを行います。

●サービスの内容

- ・ 日常的金銭管理サービス～公共料金支払い、預金払い戻し等
- ・ 福祉サービスの利用援助～情報提供や利用補助等
- ・ 書類等預かりサービス～年金証書等重要書類の銀行貸金庫での預かり
- ・ 費用 1回（90分）1,200円 + 生活支援員の交通費実費

ケアラー支援に取り組みます！

「ケアラー」をご存じですか？こころやからだに不調のある人への「介護」「看病」「療育」「世話」「気づかい」など、ケアの必要な家族や近親者、友人、知人などを無償でケアする人たちのことです。18歳未満の人はヤングケアラーと定義されています。（日本ケアラー連盟より）

核家族化や近所付き合いの希薄化などが進む中、地域での助け合いはますます大切になってきました。しかし、ケアラー支援に係る各種制度についてご存じない方も多くいらっしゃいます。

ケアラーとして何か困りごとや悩みがあるときは社会福祉協議会までご連絡ください。

生活支援交流サロン「よってけ場」

ボランティアをしていただくケアサポーターの皆さんが集い、茶話会や簡単なレクリエーションを通じて親睦を深める交流の場です。活動の悩み共有や仲間づくりを行っています。ぜひお気軽にご参加ください。

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。

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 教育委員会社会教育係(☎62-2881)

令和8年調理師試験の実施について

- 試験日時 8月25日(火)午後1時30分から4時
- 試験地 札幌市(試験会場は受験票により通知)
- 試験科目 食文化論、公衆衛生学、栄養学、食品学、食品衛生学および調理理論(筆記試験)
- 受験資格 学校教育法第57条に規定する者であって、多数人に対して飲食物を調理して供与する寄宿舎、学校、病院等の施設または飲食店営業、魚介類販売業、そうざい製造業、複合型そうざい製造業に掲げる営業において令和8年5月15日までに2年以上調理の業務に従事した方
- 申込期間 4月30日(木)～5月15日(金)までに滝川保健所に受験願書を提出
- 提出書類
 - ・調理師試験受験願書
 - ・調理師試験受験者整理カード
 - ・調理師試験入力通知書
- 受験手数料 6,900円に相当する額面の北海道収入証紙
- 合格発表 10月9日(金)
- 問合せ 滝川保健所企画総務課企画係(☎24-6201)

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
5月17日(日)	旭川市	全種	4月2日(木)～4月9日(木)
	岩見沢市	乙種・丙種	
6月14日(日)	札幌市	全種	4月23日(木)～4月30日(木)

【消防設備士試験】

試験日	試験地	種類	申請期間
5月17日(日)	札幌市	甲種・乙種	4月2日(木)～4月9日(木)
	旭川市		

- 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 砂川消防署上砂川支署予防係(☎62-2021)

交通安全指導員を募集します

- 採用職種 臨時交通安全指導員(パートタイム会計年度任用職員)
- 勤務内容 登下校時の児童に対する交通指導
- 勤務日数 中央小学校登校日に準ずる
- 勤務時間 登校時：午前7時20分～8時10分
下校時：午後1時10分～3時
(下校時は上記時間内の1時間30分程度)
- 給与 5月～10月：日額3,260円
11月～4月：日額3,550円
- 雇用期間 令和8年7月1日～令和9年3月31日
- 採用予定者数 1名
- 申込方法 顔写真を貼付した履歴書を郵送
- 申込期日 令和8年4月10日(当日消印有効)
- 選考方法 書類選考・面接による
- 申込・問合せ 総務課総務係(☎62-2011)

「広報かみすながわ」に広告を掲載しませんか？

有料広告募集中!!

○料金

- ・1枠：縦45mm×横180mm
⇒町内の方(月額)2,000円・町外の方(月額)6,000円
- ・半枠：縦45mm×横88mm
⇒町内の方(月額)1,000円・町外の方(月額)3,000円

条件：上砂川町の町税の滞納がないことなど

※詳しくは企画課企画振興係までお問い合わせください。(☎62-2223)

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

イベント情報

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
4月7日(火)	役場東館1階第4相談室	河西 宏樹 弁護士
4月21日(火)		渡部 敏広 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)



町公式LINEからも予約可能です

☆4月のイチオシ! 「手から野菜摂取量を推定できる 野菜摂取度測定器ベジミルと体組成測定」

今月は、センサーに指を30秒入れるだけで自分の野菜摂取量が推測でき、普段の食生活を見直すことができる器械と、体内年齢・筋肉量などが分かる器械を体験できます。いまのからだの状態を知りたい方におすすめてです。

費用は無料です。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 4月23日(木)
午後1時30分～4時(受付は午後3時30分)
- ところ 町民センター
- 内容 野菜摂取度測定と体組成測定
※健康・栄養相談も行っています。
- 問合せ先 健康推進課健康係(☎62-2014)

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、運転免許証の返納を希望される方を対象に、役場内に「臨時出張窓口」を開設します。予約制となっておりますので、申込期限までに総務課総務係までご連絡ください。

また、当日は同会場にて町の自主返納に伴う支援制度(5万円分のタクシー利用券交付)の申込みも行うことができます。※利用券交付には1～2週間程度かかりますのでご了承ください。

- 日時 5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 5月12日(火) ※要予約 ※定員に達した時点で予約受付を終了いたします。
- 問合せ先 総務課総務係(☎62-2011)

臨時出張窓口へお越しの際の注意点等

- ◆運転免許証をお持ちください
 - ◆返納後は即時、運転ができなくなりますのでご注意ください。
 - ◆運転経歴証明書の申請を希望される場合は、下記のものをお持ちください。
 - ・手数料 1,150円 ・印鑑
 - ・申請用写真(申請前6か月以内に撮影した無帽、正面、上三分身、無背景で鮮明なもの、サイズは縦3cm×横2.4cm、白黒でも可)
- 後日郵送される運転経歴証明書は本人確認書類として使用することが可能です。

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。

下鶉南2条1丁目3-1 (☎62-5252)

薬が手に入らない

上砂川町立診療所 小松正伸

4月5日はキリストの復活祭、4月8日はお釈迦様の誕生日、子供の頃にはこの花祭りを、甘茶でお祝いした覚えがあります。こういった昔から親しまれていたお祭りが、日本から消えてしまおう。それに対して、バレンタインデー・ホワイトデーやハロウィーンなど新しい行事に、商売上手な業界があの手この手でモノを売りつけて、乗せられた日本人が大騒ぎしています。私はバカタレインデーや父の日か近づくと、嫁や孫には「気持ちだけで十分。国連WFP協会にお金を寄付して、飢えに苦しむ子供たちを助けて」と勧めています。

儲けようとたくらむ商売は、薬業界も同じです。数年前から私たち、小さな診療所では「咳止め」や「痰のきれる」薬が、手に入らなくなりました。なぜか大きな院外薬局や病院では、かろうじて出せているそうです。コロナやインフルエンザがはやっている時、医者はいこれらの薬がなくて悩みました。薬を作っていた会社が不正をして作れる工場が減ったとか、原料が入手しづらいというのを製薬会社は口実にしています。咳や痰の薬は、もう作られてから何十年も経つものばかり。古くたって、効くものは効く。だけど厚労省の決める薬価は年々下げられて、今じゃ1錠の値段が5円から10円。儲けが出ないから、アホらしくて作ってられないというのが、本音じゃないでしょうか。同じような成分が市販薬の、風邪薬にも含まれているので、薬の原料がないなんて疑わしい。市販薬だと10倍くらいの値段に跳ね上がるから、製薬会社は医者向けの薬を作る気にはならんでしょね。「稼げて強い日本」企業に対して、庶民のフトコロは寒くなるばかりです。

困ったことに、これは咳や痰の薬に限ったことではないのです。ときどき製薬会社から、もうこの薬は販売中止にしますと手紙が来ます。どれも、私たち医者が長く患者さんへとお出ししていたものばかりです。ずっと使われていた薬は副作用だって少なく、こちらも使い慣れているので、安心して処方できるのですが、なぜか新しい薬、高価な薬へと変えなくちゃならない。製薬会社の販売員は、新しい薬をこんな山中の診療所にまで売り込みに来ます。コロナの治療薬は、健康保険の3割負担でも1万円を超えます。微熱程度の軽い症状の人でも、高齢者だからとか、ほかに病気を持っているると重症になるとやら述べて、コロナの薬を使いなさいなと宣伝します。でも患者さんはみんな、そしたら高価なもの要らん、解熱剤だけでいいとお断りしてくれます。

睡眠薬なんて、もっとひどい。安い薬をいつまでも使い続けていると、病院・診療所へ支払われる薬代が減額されます。新しい高い薬を使えという制度なのです。この話は、いずれまた書くつもり。近頃の製薬会社はサプリにまで手を広げて、効果のありそうな宣伝文句を並べていろいろ売りつけています。お菓子メーカーや製薬会社に踊らされないように、しっかり財布のヒモを締めましょうね。



「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
コタエを
出します

面談
電話

完全無料

相談予約
ダイヤル

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

みんなの 国民年金

■こんなときは国民年金の手続きが必要です！

日本国内に住所がある20歳以上60歳未満のすべての方は、国民年金に加入することになっています。第1号被保険者は自営業や学生、第2号被保険者は厚生年金や共済組合に加入している会社員や公務員、第3号被保険者は第2号被保険者に扶養されている配偶者(一定の収入を超えない方)の3つに区分されています。

ご本人や配偶者の就職、転職、結婚などで国民年金の種別が変わることがあり、下記の表のように種別変更などの手続きが必要となる場合があります。

手続きをされなかった場合、病気やケガで障害が残ったときや、死亡した場合の障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取ることができなくなる場合もありますので、必ず手続きをしてください。

こんなとき	被保険者の区分	手続き先
第2号被保険者に扶養されている配偶者が20歳になったとき	未加入→第3号	勤務先
配偶者が就職して第2号被保険者になり、その第2号被保険者に扶養されるようになったとき	第1号→第3号	勤務先
第2号被保険者が60歳になる前に、会社などを退職したとき	第2号→第1号	役場または年金事務所
第2号被保険者が会社などを退職し、第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになったとき	第2号→第3号	勤務先
第2号被保険者(配偶者)に扶養されていた方で、その配偶者が退職したとき	第3号→第1号	役 場
パート収入が130万円を超えたときなど、配偶者の扶養から外れるようになったとき	第3号→第1号	

■国民年金保険料の金額

令和8年度国民年金保険料額は、月額17,920円です。納付書がお手元に届くのは4月初旬頃の予定です。

国民年金は老後やもしもの時にあなたの大きな支えとなります。保険料の納め忘れが続くと老後に年金を受け取ることができなくなるばかりか、納付が遅れることで障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れない場合もあります。保険料は納期内に納めましょう。(納期は翌月末です。)

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

交通安全！特殊詐欺に注意！

2月28日、鶴本町生活館前で実施した「紙袋ランタン点灯」と「ペーパーフラワー展」に参加した時の写真です。



上砂川岳

上砂川駐在所
62-2044
下鶴駐在所
62-2069

春はヒグマとの遭遇に注意

雪解け時期は、ヒグマが冬眠から目を覚まし、食べものを探し回り、活動が活発になるので、山に入る際は次のことに注意しましょう。

- ☑ 事前にヒグマ出没情報を確認する。
- ☑ 熊除けの鈴や笛など音が出るものを鳴らし、2人以上で行動する。
- ☑ ふんや足跡を見つけたら、すぐに引き返す。
- ☑ 食べものは必ず持ち帰る。
- ☑ もしもヒグマを見たら、ゆっくりと後ずさりしながら静かにその場を離れる。

北海道警察

春の全国交通安全運動

〈運動期間〉4月6日(月)～15日(水)

横断歩道は歩行者優先！
横断歩道の手前でSTOP！

道路を渡る時は
信号や横断歩道を利用しよう！

北海道警察
とまってくれて
ありがとう

わたります
おさきに
どうぞ

歩行者もドライバーも
「ハンドサイン」で事故防止

オレ(息子)だけど カバンを落とした お金が必要だ!!

〇〇役所です 医療費・保険料の還付金がある
ATMに行って手続きを!!

老人ホームの入居権がある
※日後 お金を宅配便で送れ!!

キャッシュカードの交換が必要
あなたの自宅に取りに行く!!



詐欺電話がきたら #9110

電話で、お金の話が出たり、少しでもおかしいと感じたら、一度電話を切り、警察相談電話～#9110～までご相談ください。
北海道警察

令和8年度 北海道警察官募集中

～受付期間～
令和8年
3月11日(日)～4月10日(金)
17:00まで

1次試験 4月26日(日)

《問合せ先》
北海道警察本部採用センター
TEL:0120-860-314
(ハローサイコー)

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

4月の特売日 21・22・23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。

※4月5日、12日、18日、19日、26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(旧鶉 [°] ル下)
10:01	S53鶉若葉改良住宅前
10:02	緑が丘3階建団地前
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	旧下鶉生活館
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3階建団地前
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。
※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丁目バス停	11:46
下鶉バス停	11:46
鶉本町バス停	11:47
緑が丘入り口バス停	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
さわやかトイレ前	11:53
パンケの湯着	12:00

【毎週水曜日】砂川からの便

下鶉2丁目バス停	11:56
下鶉バス停	11:56
鶉本町バス停	11:57
緑が丘入り口バス停	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
さわやかトイレ前	12:01
パンケの湯着	12:05

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。
車の運転には十分に気を付けてください。

※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。館内および各町生活館、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

- ご宴会はパンケの湯で!
・和食膳コース3,500円～ ご予算に応じて対応いたします。
・盛合せコース4,000円と5,000円の2種類+1,500円で飲み放題
- 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。
- 従業員、パート急募!
詳細はフロントまでご連絡ください。社会保障制度あります。
- うまいもの市
4月16日(木) 午前11時～
若鶏半身揚げ、焼きそばなど販売いたします。

○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

ゴールデンウィーク期間中の公共施設等の開館日について

4月25日(土)～5月6日(水)の公共施設等の開館日についてお知らせいたします。

	4月25日(土)	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)
上砂川町役場	×	×	○	○	×	○	○	×	×	×	×	×
町民センター	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○
体育センター	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○
まちの駅ふらっと	○	×	○	○	○	×	○	○	×	×	×	×
認定こども園ふたば	○	×	○	○	×	○	○	○	×	×	×	×
上砂川児童館	○	×	○	○	×	○	○	○	×	×	×	×
町立診療所	×	×	○	○	×	○	○	×	×	×	×	×
勤医協上砂川診療所	×	×	×	○	×	○	○	×	×	×	×	×
東鶉歯科診療所	×	×	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
かみすながわ炭鉱館	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○
パークゴルフ場	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○

※パークゴルフ場の営業日は雪解けの状況により変更になる場合があります。

また、天候や熊の出没等により、急遽利用制限がかかる場合があります。

休日の届出について

婚姻や出生届など、戸籍の届出は休日も受け付けています。

■休日の受付窓口 役場東館1階警備室

■注意事項 届出書の内容に不備があった場合は、証明書類の発行開始日が遅れることや届出自体が無効になる場合があります。ご不明な点は住民課戸籍年金係(☎62-2220)へお問い合わせください。

ゴールデンウィークのごみ・し尿収集のお知らせ

	4月25日(土)	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土) 5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)
「燃やせるごみ」 「生ごみ」の収集	×	×	○	○	×	○	○	×	○	○	×
し尿収集	×	×	○	○	×	○	○	×	×	×	×

※上記の期間以外は通常どおりです。

■クリーンプラザくるくるの休業日

通常どおりの休業日(日曜日のみ)となります。

■資源ごみ回収日

下鶉・緑が丘・鶉本町・鶉地区 第1水曜日(5月6日)→第1木曜日(5月7日)に変更になります。

■問合せ先 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)

人の動き(2月15日～3月14日)

お悔やみ申し上げます。

氏名	住所	年齢	月日
中山 みゆきさん	下鶉	57歳	2月20日
千葉 昌希さん	中央	89歳	2月27日

4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(4月1日) 第3水曜日(4月15日)	第2水曜日(4月8日) 第4水曜日(4月22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

4月8・22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
- ③すべての指定ごみ袋への名前記入が不要になりました

粗大ごみ

4月15日(第3水曜日)

- 粗大ごみを出す人は、10日(金)までにご連絡ください。なお、LINEでの申込みは8日(水)までです。
- 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!

この広告見た方/
10% OFF!

出張見積0円!

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2771号/北海道旭川方面公安委員会 旭東質12313000007号/産廃許可番号第00100190521



生活に必要な身体機能を維持し
自宅で生活できる!のおてつだい

いつでも自宅で日常生活を送ることができるように集団体操、生活に必要な機能訓練、入浴や食事などを行います。気になった方、興味を持った方はデイサービスセンターを一度体験してみませんか?お気軽にお問合せください。

デイサービスセンター 菊かみすなぐわ
上砂川町字上砂川22番地16
☎(0125)-62-6530

～介護のご相談のことなら～
介護相談センター 菊かみすなぐわ
☎(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センター

*印行事の問合先は社会福祉協議会

1	水	認定こども園ふたば入園式 認定こども園ふたば/午前10時～10時30分	16	木	☆いきいき百歳体操 体力測定 東山高齢者住宅/午後1時～1時30分
		☆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	17	金	☆いきいき百歳体操 体力測定 朝駒集会所/午後1時30分～2時
6	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	19	日	上砂川町長選挙 投票日 各投票所/午前7時～午後7時
		☆いきいき百歳体操 体力測定 緑が丘集会所/午後1時～1時30分	20	月	♥カフェ まちなか まちの駅ふらっと/午前10時～午後2時
7	火	中央小学校入学式 中央小学校/午前10時～	21	火	☆いきいき百歳体操 体力測定 下鶉生活館/午前10時～10時30分
		上砂川中学校入学式 上砂川中学校/午後1時30分～			☆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
		札幌弁護士会無料法律相談会 役場東館1階第4相談室/午後1時30分～3時30分			札幌弁護士会無料法律相談会 役場東館1階第4相談室/午後1時30分～3時30分
8	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	22	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
9	木	☆いきいき百歳体操 体力測定 中央集会所/午後1時～1時30分			☆いきいき百歳体操 体力測定 鶉本町生活館/午後1時～1時30分
14	火	☆いきいき百歳体操 体力測定 鶉若葉生活館/午前10時～10時30分	23	木	☆町民センター健康・栄養相談 きつずとママのももししコーナー♪ 町民センター/午後1時30分～4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	24	金	おひさまルーム ～ こども園で遊ぼう♪ ～ 認定こども園ふたば/午前10時～11時
		☆いきいき百歳体操 体力測定 東鶉中央ふれあいセンター/午後1時～1時30分	25	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
15	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	27	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
		定例行政相談 役場新館1階第1相談室/午後1時～2時			
		♥介護保険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			

※最新情報につきましては、町ホームページをご覧になるか担当課にお問合せください。

今月の 休日救急当番医

5日 細谷医院(☎52-3057)
12・26・29日 砂川市立病院(☎54-2131)
19日 すながわ耳鼻咽喉科(☎55-3387)

上砂川町内の 求人一覧

(3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>)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
生活相談員	(株)萌福祉サービス	64歳以下	1人
一般事務	(株)岩淵建設	44歳以下	1人
理学療法士、作業療法士	(株)HITOYONI	44歳以下	1人
厨房職員	(医)萌水会	不問	2人
介護支援専門員	(有)フローラ	不問	1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
洗浄作業	共栄フード(株)北海道工場	不問	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/>

