

広報

水成なす

令和2年

1/15

No.2175



砂川市第7期総合計画

市民懇談会を開催しました

令和3年度から新たにスタートする「砂川市第7期総合計画」の策定にあたって、昨年11月に市民の皆さんからまちづくりへのご意見やご提言をお聴きする「砂川市第7期総合計画市民懇談会」を開催し、市民懇談会3日、団体懇談会2日の合計5日で延べ109人の参加をいただきました。

懇談会では、「第7期総合計画の策定方針」や「第6期総合計画におけるこれまでのまちづくりの取り組み」についての説明後、参加者から、今後のまちづくりに向けたご意見やご提言が数多く出されました。



区分	実施日	会場	参加者数	意見等	アンケート提出人数
市民懇談会1日目	11月18日	北地区コミュニティセンター	19人	7件	5人
市民懇談会2日目	11月20日	地域交流センターゆう	14人	17件	6人
市民懇談会3日目	11月21日	南地区コミュニティセンター	10人	15件	4人
団体懇談会1日目	11月26日	公民館	17団体 38人	9件	14人
団体懇談会2日目	11月27日	公民館	13団体 28人	9件	12人
計			109人	57件	41人

主なご意見・ご質問

- 小学校の統廃合について、今後どうなっていくのか。小学校、中学校の統合は、早ければ早い方がよいと思う。
- 他のまちとの医療費格差を感じるという声もあるため、小学生以上の医療費の無償化を検討してほしい。
- 高校を卒業して市外に出た子どもたちがそのまま戻ってこないという現状がある。戻ってくるきっかけは仕事だと思うので、UターンやIターンに特化した事業があればよいと思う。
- 商店街の振興や空き地・空き家対策に力を入れてほしい。
- 乗合タクシーの乗る場所や時間などの利便性が向上すれば、免許を返納する人が多くなり、事故も減ると思う。

など

少子化が進んでいることもあり、より子どもを育てやすい環境を求め、子育て支援の充実に関する意見を多くいただきました。また、現在検討を進めている学校の適正配置や駅前再開発についても意見が出されました。その他にも、SNSを活用した市の情報発信や子どものスポーツ活動、警察署の統合、観光の振興に関してなど、まちづくりの各分野に対して多くの貴重なご意見、アイデアなどをいただくことができました。

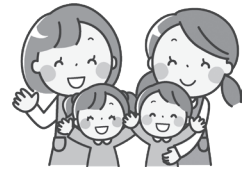
市民懇談会の意見集約結果は、市ホームページおよび市役所情報公開コーナーで閲覧できますので、ぜひご覧ください。

企画調整係 Tel 54-2121

保育所・学童保育所入所児童を募集します

募集期間
1月31日(金)まで

保育所



保護者が就労・就学、求職活動、妊娠・出産、疾病・障がい、介護・看護などにより、お子さんの保育ができない場合に利用できます。

通常保育

●市内各保育所

- ひまわり保育園 54・4555
- さくら保育園 52・3335
- 空知太保育所 53・3287

●定員

- ひまわり保育園・さくら保育園 各90人(うち乳児は各6人)
- 空知太保育所 60人(うち乳児は5人)

※乳児保育は、生後6か月からが対象です。

●申込

入所希望保育所または子ども保育係で教育・保育給付認定申請書と入所申込書を受け取り、必要書類を添付し提出してください。保護者の就労時間などに応じた保育区分と入所できる保育所が決定したあと、決定通知書などが郵送されます。

※保育区分は、保育標準時間(7時15分～18時15分)と保育短時間(8時～16時)の2種類があり、それぞれの区分で保育時間が異なります。

●利用者負担額

- 市民税課税世帯の0～2歳クラスの児童の保育料については、保護者の市民税所得割額などにより決定します
- 3～5歳クラスの児童と、市民税非課税世帯の0～2歳クラスの児童の保育料が無料となります。ただし3～5歳クラスの児童の副食費(おかず・おやつ)についてはご負担いただきます

●市独自の軽減策

- 【副食費(3～5歳クラスの児童が対象)】
- 副食費を10%軽減
- 2人以上の子がいる多子世帯に対し、第1子の年齢制限を撤廃し、第2子半額、第3子以降無料

【保育料】

- 保育料を一律10%軽減
- 2人以上の子がいる多子世帯に対し、第1子の年齢制限を撤廃し、第2子を半額、第3子以降を無料
- 第2子以降の3歳未満児の保育料無料(年収640万円未満)

延長保育

それぞれの保育区分に認定された場合でも、最大7時15分～19時まで保育することが可能です。

障がい児保育

集団保育が可能な場合、障がいを持った児童の成長と自立支援のため、障がい児保育を実施しています。

学童保育所



仕事や病気などで小学生の児童を十分に保育できない保護者に代わり、放課後などに児童を保育する施設です。

●開設日

4月1日～3月31日(日曜日、祝日、年末年始を除く)

●対象

小学生

●保育内容

自由遊びと集団遊び、生活習慣などを身につける活動、誕生会などの行事活動

●申込

各学童保育所または子ども保育係へ

通常保育

●保育時間

- 平日 放課後～18時
- 学校休業日 7時30分～18時

延長保育

18時～19時まで、延長保育を実施しています。



◆学童保育所一覧

名称	砂川学童保育所	豊沼学童保育所	中央学童保育所	空知太学童保育所	北光学童保育所
所在地	西3南8 (砂川小学校内)	東5南17 (豊沼小学校内)	晴見1北7 (中央小学校内)	空知太西5-6 (空知太小学校内)	西3北16 (北光老人憩の家内)
電話番号	54-3701	54-2222	54-3110	090-6217-3434	080-3238-9486
対象	砂川小の児童	豊沼小の児童	中央小の児童	空知太小の児童	北光小の児童
定員	40人	40人	40人	40人	30人
保育料	通年保育	月額9,000円		月額5,000円	月額6,000円
	短期利用	日額700円		日額500円	日額600円
	延長保育料	日額200円			
運営団体	砂川市			空っ子クラブ父母の会	北光竹の子ホームの会

園子ども保育係 Tel 54-2121



「オアシスパークの利活用に向けた取り組み」パネル展

オアシスパークからゆめまちづくり協議会では、令和元年11月より砂川遊水地において「砂川地区かわまちづくり」の整備工事が着手されたことから、その取り組みについて紹介するパネルを展示しています。

- 設置期間 1月31日(金)まで
 - ところ
 - ・市役所 市民ギャラリー
 - ・遊水地管理棟1階 多目的スペース
 - ・地域交流センターゆう1階ロビー
 - 展示内容
 - ・オアシスパーク利活用に向けた取り組みについて
 - ・砂川市の洪水について
 - ・砂川遊水地について
- ☎オアシスパークからゆめまちづくり協議会（観光係内）
TEL 54-2121



1月の子育てひろば

毎月1回、幼児を対象とした子育てひろばを開催しています。お気軽にご参加ください。申し込みは不要です。

- とき 1月27日(月) 10:00～11:30
 - ところ 公民館2階 第5研修室
 - 対象 就学前の幼児とその保護者
 - 内容 「ペーパーアートづくり」
ペーパーアートとは、紙に描いた絵を割り箸などに付ける紙人形劇のことです。絵本に出てくるキャラクターのペーパーアートを作って、より絵本の世界を楽しんでみませんか。絵は自分で描いてもいいですし、印刷されたものに色を塗るだけの簡単工作もできます。
 - 講師 図書館司書
 - 参加料 無料
- ☎社会教育係TEL 54-2121



新規求人情報

市内企業では、ハローワーク砂川を通じて、新規求人を次のとおり行っています。

募集内容

職種	年齢	求人数
ホームヘルパー	18歳以上	1
送迎バス運転手	不問	4
看護師または准看護師(外来)	59歳以下	1
歯科助手	不問	1
ソフトクリーム販売員	不問	4
新聞販売区域管理業務員	18～64歳	1

(12月26日現在)

☎ハローワーク砂川TEL 54-3147



かもい岳スキー連盟 プライベート講習会

かもい岳スキー連盟では、プライベート講習会を開催します。

- 開催日 3月下旬のスキー場クローズまで
 - ところ カムイスキーリンクス(旭川市)または国設芦別スキー場(芦別市)
 - 申込 下記へ
- ☎かもい岳スキー連盟
小野寺TEL 090-1306-9177



障害者控除対象者認定書の交付

所得税や市民税の申告の際、身体障害者手帳などの交付を受けていない方でも、65歳以上で寝たきりや認知症の方など、心身の状態によっては障害者控除の対象となる場合があります。

申請により、該当する方には認定書を交付しますので、お問い合わせください。

☎高齢者支援係TEL 54-2121



地域サークル活動 活動団体募集

地域の方々が「コミュニケーションを図る場」として、学校施設を有効活用する令和2年度地域サークル活動の活動団体を募集します。学校ごとに運営委員会を立ち上げ、自主運営・自主管理で活動します。

また、現在活動している団体への入会を希望する方は、社会教育係までお問い合わせください。

- 活動期間 令和2年4月～令和3年3月(学校休業日を除く)
 - 活動時間 原則 18:00～21:00
 - 活動場所 市内小・中学校
 - 対象 文化・スポーツ・レクリエーション活動などを行う、学校区住民を中心とした5人以上の団体
 - 使用料 体育館 520円、ミーティングルーム 100円(1時間当たり)
 - 申請書 公民館窓口または市ホームページからダウンロード
 - 申請 2月3日(月)までに下記へ
- ※年度途中での申請は原則受け付けません。
☎社会教育係TEL 54-2121



囲碁大会

砂川囲碁クラブでは囲碁大会を開催します。会員以外の方も参加でき、1～3位まで賞品があります。また、手合い時計を使用します。

- とき 1月26日(日) 13:00～17:30
 - ところ 公民館2階 第5・第6研修室
 - 参加費 会員無料、一般300円
 - 申込 1月24日(金)までに下記へ
- ☎砂川囲碁クラブ
高塚TEL 090-9529-2385
名久井TEL 42-2551

まだまだ元気に働きたい！そんな思いをお持ちの方は…



シルバー会員大募集!!

砂川市
シルバー人材センター ☎ 52-4159
【ホームページ】
西7条北4丁目1-1(総合福祉センター内) <http://webcsjcn.jp/sunagawa/>

水道 についての
お問い合わせは…

中空知広域水道企業団

フリーアクセス (通話料金無料) オイシイミズ
080-080-01432
TEL.53-3831 FAX.53-2126

砂川営業所(砂川市役所1階)
TEL 54-2121
料金のお支払いには、
便利な口座振替を



善行青少年推薦募集

青少年問題協議会では、令和2年度善行青少年の推薦を市民の皆さんから募集します。

●**推薦対象** 市内に居住する小学生以上18歳未満の青少年で、他の模範となる行いや活動をされ、顕著な実績のあった個人またはグループ・団体

●**推薦期限** 2月27日(木)まで

●**推薦方法** 社会教育係に備え付けの推薦書に必要事項を記入のうえ提出

※推薦書は市ホームページからダウンロードすることもできます。

●**審査** 青少年問題協議会で審議・決定

☎青少年問題協議会(社会教育係内) Tel. 54-2121



就学援助制度「新入学生用品費」の申請

令和2年4月に小学校へ入学されるお子さんの保護者で、就学援助による「新入学生用品費」の2月末日支給を希望される方は、すでに郵送している申請書に必要事項を記入のうえ、必要書類をそろえ学校教育係に提出してください。認定された方には入学前の2月末日に支給する予定です。

なお、中学校の新入学生用品費は、令和元年度就学援助の認定を受けている小学校6年生の保護者が対象となりますので、申請の必要はありません。

●**対象** 生活保護世帯に準ずる程度の世帯

●**提出期限** 1月31日(金)まで

※2月1日以降に転入された方は、ご相談ください。

☎学校教育係 Tel. 54-2121



生活安全モデル地域の募集

生活安全推進委員会では、生活安全モデル地域を募集しています。これまで市内の8団体が、市や関係団体と協力して安全で住みよい地域社会の実現を図るため、自主的な安全活動を実施しています。生活安全モデル地域として活動に参加されたい町内会などは、ぜひご応募ください。

●**受付期間** 1月20日(月)~2月28日(金)

●**主な活動・支援** 生活安全啓発活動、見守り・声かけ活動の実施、パトロール活動の実施、安全推進会議の開催、安全環境の整備、各種講習会の開催など

●**申込** 下記へ

☎生活安全推進委員会(生活交通係内) Tel. 54-2121



幼稚園や認可外保育施設などの無償化に係る申請

令和2年4月より幼稚園、幼稚園の預かり保育、認可外保育施設などを利用される方は、申請をすることにより、保育料が無償化されます。

●**対象**

【子ども・子育て支援新制度 未移行幼稚園】

・満3歳から小学校就学前の児童

【幼稚園の預かり保育】

・保育の必要性がある、3歳から小学校就学前の児童

・市民税非課税世帯の児童(満3歳)

【認可外保育施設など(一時預かり事業、ファミリー・サポート・センター事業など)】

・保育の必要性がある、3歳から小学校就学前の児童

・保育の必要性がある、0歳から2歳の市民税非課税世帯の児童

●**申込** 1月31日(金)までに下記へ
☎子ども保育係 Tel. 54-2121



ジャリン子冬体験塾

冬だ! オアシスパークで冬満喫! 親子でわかさぎ釣りをしましょう!

●**とき** 2月1日(土) 9:15~12:00(受付9:00~)

●**ところ** オアシスパーク(遊水地管理棟集合)

●**定員** 子ども30人(先着順)
※小学4年生以下は保護者同伴。

●**参加料** 無料

●**持ち物** 暖かい服装、水筒(温かい飲み物)、ビニール袋(釣ったわかさぎ入れ)、小さい椅子
※わかさぎ釣り用のさお・餌(子ども分)はこちらで用意します。

●**申込** 1月16日(木)~24日(金)までに下記へ

※申し込み後に急遽欠席の場合は必ずご連絡ください。

☎子どもセンター協議会(社会教育係内) Tel. 54-2121



償却資産の申告

市内で事業を営んでいる個人または法人は、毎年1月1日現在の事業用資産の所有状況を申告しなければなりませんので、提出期限までに申告をお願いします。また、該当資産のない方、休業、廃業、移転などで資産がなくなった方もその旨の申告が必要です。

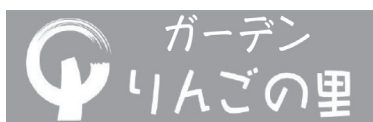
なお、償却資産申告のご案内は、すでに該当する事業所に送付していますが、届いていない場合はご連絡ください。

●**提出期限** 1月31日(金)

☎資産税係 Tel. 54-2121



快適な居住空間の中、お食事や趣味の時間を楽しくお過ごしいただけます



サービス付き高齢者向け住宅

「安心」に支えられた「自由」な暮らしをりんごの里グループが支えます

【お問い合わせ】

晴見3条北8丁目3番5号

☎ 52-3650

↓1人部屋12帖、2人部屋20帖



↓リビング



※個室・夫婦部屋をご用意できます

みんなの国民年金

▶年金記録や年金見込額を「ねんきんネット」で確認できます

◇「ねんきんネット」とは？

「ねんきんネット」は、インターネットを通じてご自身の年金の情報を手軽に確認できるサービスです。パソコンやスマートフォンから、24時間いつでもどこでもご自身の年金情報を確認することができます。

◇「ねんきんネット」のできること

- ・ご自身の年金記録の確認
- ・将来の年金見込額の確認
- ・電子版「ねんきん定期便」の閲覧
- ・日本年金機構から郵送された各種通知書の確認

上記の他にも再交付申請などさまざまな機能があります。

◇利用対象

基礎年金番号をお持ちの方

※昭和61年4月以前に年金受給権が発生した老齢年金受給者の方はご利用いただけません。

「ねんきんネット」へのアクセスはこちらから



パソコンから

「ねんきんネット」と検索し、トップページへアクセス。

ねんきんネット

検索



スマートフォンから

右記のQRコードを読み取り、申請用トップページへアクセス。



「ねんきんネット」に関するお問い合わせは、ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号Tel 0570-058-555へ

▶日本年金機構の職員や委託事業者などを名乗る不審な電話や訪問にご注意ください

昨年10月から始まった年金生活者支援給付金制度に便乗し、厚生労働省や日本年金機構を名乗る者から「年金生活者支援給付金の振込口座が使えないため、新しい口座番号や暗証番号、マイナンバーを教えてほしい」という不審な電話がかかってきた事例が報告されています。

厚生労働省および日本年金機構では電話で口座番号や暗証番号、マイナンバーをお聞きすることはありません。このような電話があっても口座番号などの個人情報を答えることのないようご注意ください。

不審な電話や訪問があった場合は、できるだけ1人で対応せず、相手の名前や所属、用件を聞き、メモを控えて家族などに相談してください。怪しいと感じたら、口座番号などの個人情報を話したり、現金を支払ったり、振り込みなどをせず、砂川年金事務所または砂川警察署Tel 54-0110へお問い合わせください。

固砂川年金事務所Tel 28-9002 または戸籍年金係Tel 54-2121



市内全世帯に配布される広報すながわに
広告を載せてみませんか？

広告主募集中

1号広告
イメージ

1号広告(縦45×87mm) = 5,230円

2号広告(縦45×175mm) = 10,470円

お問い合わせ 広報広聴係Tel 54-2121

北砂川
いりやま こやま

冬の贈り物に

穂星川

いりやま こやま

畠小山商店 0120-52-2829

市道民税の申告

所得税および復興特別所得税の確定申告

2月17日(月)～3月16日(月)まで

は期間内に

公平・公正な税の負担のため、申告が必要な方は、必ず期間内に収入額や控除額を自主申告しましょう。毎年、期限間近は会場がとても混み合います。来場の際は、忘れ物などがないよう記載事項をよくご確認いただき、余裕を持ってお越しください。

確定申告書の用紙は、申告会場に用意してあります。また、国税庁ホームページで申告書の作成や電子申告も可能です。詳しくは国税庁ホームページ「<http://www.nta.go.jp/>」をご覧ください。

問◆市道民税に関すること 市民税係Tel 54-2121

◆所得税および復興特別所得税に関すること 滝川税務署Tel 22-2191 または市民税係



所得税および復興特別所得税の確定申告が必要な方

- 営業（報酬）、不動産（アパート収入のほか、土地の賃貸料や貸家などの家賃収入も含む）などの各種所得があった方
- 給与収入が 2,000 万円を超える方
- 給与所得以外の所得（退職所得を除く）が 20 万円を超える方（給与所得以外の所得が 20 万円以下で確定申告が必要ない方でも、市道民税の申告は必要となる場合があります）
- 給与を 2 か所以上から受けている方
- 年末調整を受けていない方（令和元年中に中途退職した方など）
- 年金収入が 400 万円を超える方
- 年金以外の所得が 20 万円を超える方（年金に係る雑所得以外の所得が 20 万円以下で確定申告が必要ない方でも、市道民税の申告は必要となる場合があります）

これらの方々以外でも、確定申告の必要な場合もあります。また、令和元年中に営業を始めた方、土地や建物を売却した方、青色申告の方などは滝川税務署での申告になります。

市道民税の申告が必要な方

- 年末調整を受けた給与・年金以外の所得がある方
- 令和元年中に収入・所得がなかった方で、どなたの税金上の扶養にもなっていない方

所得税および復興特別所得税の確定申告をされた方は、市道民税の申告を兼ねますので、改めて市道民税の申告は不要です。

申告期間・受付時間・申告会場

【申告期間】

2月17日(月)～3月16日(月)

※土・日曜日、祝日を除く。

※還付申告は1月20日(月)から可能です。

【受付時間】

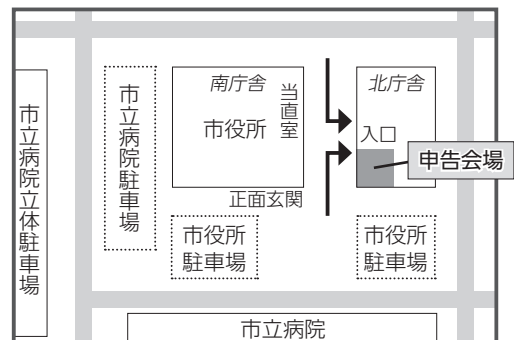
9:00～17:00

【申告会場】

- 市道民税 → 市役所北庁舎 1 階会議室（右図）
- 所得税および復興特別所得税
→ 滝川税務署（郵送提出も可能）または市役所北庁舎 1 階会議室

<税の日曜申告>

3月1日(日)のみ、日曜日でも相談・申告の受け付けを行います。
(市役所のみ)



◆当直室向かい側の玄関をご利用ください

申告に必要なもの

●マイナンバーカード（個人番号カード）または本人確認書類（番号確認書類＋身元確認書類）

代理人の方が申告する場合や配偶者控除を受ける場合などは、必要な書類を忘れずにお持ちください。

本人が申告する場合

- ・マイナンバーカードをお持ちの方は、カードのみで①本人確認書類として提示可能
- ・マイナンバーカードをお持ちでない方は、①本人確認書類（②番号確認書類＋③身元確認書類）

代理人の方が申告をする場合

- ・親族の方が代理申告をする場合は、本人と代理人のマイナンバーカードまたは本人の②番号確認書類と代理人の③身元確認書類
- ・成年被後見人の方が申告する場合は、次の書類3点
 - ①代理権の確認書類 登記事項証明書
 - ②代理人の身元確認書類 マイナンバーカードまたは③身元確認書類のうち1点
 - ③本人の番号確認書類 マイナンバーカードまたは②番号確認書類のうち1点

配偶者控除や扶養控除の適用を受ける場合

- ・配偶者や扶養親族のマイナンバーカードまたは②番号確認書類など

①本人確認書類

（番号確認書類＋身元確認書類）

②番号確認書類

マイナンバーを確認できるもの1点
 ・マイナンバーの「通知カード」
 ・住民票や住民票記載事項証明書（マイナンバーの記載があるもの）
 など



③身元確認書類

顔写真付き身分証明書のうち1点

- ・運転免許証 ・パスポート ・身体障害者手帳
- ・在留カード ・療育手帳 ・精神障害者保健福祉手帳 など

顔写真付き身分証明書の提示が困難な場合は、顔写真なし身分証明書のうち2点

- ・健康保険証 ・国民年金手帳
- ・母子健康手帳 ・源泉徴収票 など

※いずれも原本をお持ちください。

●印鑑 スタンプ式は不可。口座振替による納付を希望される方は、金融機関届出印が必要。

●確定申告書・お知らせがき 税務署から送られてきている方。

●申告する方の金融機関の振込先がわかるもの 還付金の受け取りや口座振替による納付のため。

その他必要なもの

源泉徴収票や領収書、証明書などは原本が必要です。コピーでの提出は受け付けられませんのでご注意ください。紛失などでお手元に必要書類がなければ、再発行を受けたうえで申告してください。

給与所得者・公的年金等受給者

- 受け取ったすべての源泉徴収票

営業などの事業・不動産所得者

- 収支内訳書（事前に記入してください）

障害者控除を受ける方

- 障害者手帳など

社会保険料（※1）、生命保険料、地震保険料、寄付金（※2）などの控除を受ける方

- 領収書、証明書

※1 国民健康保険、任意継続保険、国民年金など ※2 控除の対象となる寄付金が2,000円を超えた場合

住宅借入金等特別控除を受ける方（新築住宅を建てた方）

- 住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書
- 家屋の工事請負契約書または売買契約書の写し
- 土地の売買契約書の写し（住宅と一緒に敷地を取得した場合など）
- 家屋の登記事項証明書（法務局発行の全部事項証明書）
- 土地の登記事項証明書（住宅と一緒に敷地を取得した場合などで、敷地購入に係る借入金などがある場合のみ。法務局発行の全部事項証明書）
- 補助金などの額を証明する書類（補助金などの交付を受けた場合）

※中古住宅、増改築、認定長期優良住宅などの提出書類については、滝川税務署へお問い合わせください。

医療費控除を受ける方

医療費控除とセルフメディケーション税制は併用できませんので、確定申告の際にどちらか選択してください。

医療費控除

【必要書類】

●医療費控除の明細書

個人ごと、病院別に合計額、医療費を補填する金額をそれぞれ記入してください。様式は申告会場または市ホームページ「申請書ダウンロード」から入手できますが、ノートやメモ用紙へ記載したもので可能です。

●医療保険者から交付を受けた医療費通知（医療費のお知らせ）

- ・医療費の領収書は提出不要ですが、5年間保存する義務があり、税務署から求められたときは、提示または提出しなければなりません。
- ・経過措置として、令和元年分までの確定申告は、医療費の領収書の添付による医療費控除の適用が可能です。
- ・医療費通知（医療費のお知らせ）に記載のない分は医療費控除の明細書への記入が必要です。医療費通知の発送時期については、各保険者に確認してください。

【医療費控除の対象にならないもの（一例）】

- ◆診断書作成料（文書料） ◆病衣（パジャマ）・冷蔵庫・テレビ代など直接医療に関係のない費用
- ◆インフルエンザなどの予防接種代 ◆薬事法で定める医薬品以外の栄養剤や健康増進のサプリメント代 など

セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）

【適用要件】

- ①平成29年1月1日から令和3年12月31日までの間の各年中に、自己または自己と生計を一にする配偶者やその他の親族に係る特定一般用医薬品などを購入していること
- ②納税者本人がその年中に次のいずれかの取り組みを行っていること（任意に受診したものは含まない）
 - ・特定健康診査（メタボリックシンドロームに着目した血圧測定、血液検査などの検診）
 - ・予防接種（定期接種、インフルエンザワクチンの予防接種）
 - ・定期健康診断（一般的な事業主実施の健康診断）
 - ・健康診査（いわゆる人間ドックなどで、医療保険者が行うものや市町村が、健康増進事業として行うもの）
 - ・がん検診（市町村が健康増進事業として実施するもの）

【必要書類】

●セルフメディケーション税制の明細書（医薬品購入費の領収書の提出または提示は必要ありません）

●対象者がその年中に一定の取り組みを行ったことを明らかにする書類（①～③を満たすもの）

- ①対象者の氏名の記載があるもの ②対象者がその取り組みを行った年の記載があるもの
- ③その取り組みに係る事業を行った「保険者・事業者」もしくは「市の名称」、またはその取り組みに係る診察を行った「医療機関の名称」もしくは「医師の氏名」の記載があるもの

配偶者控除・配偶者特別控除を受ける方

平成30年分の確定申告から、配偶者控除および配偶者特別控除は下記のとおり改正されました。

【配偶者控除】

納税義務者の合計所得金額が1,000万円を超える場合、配偶者控除の適用を受けることができなくなりました。

【配偶者特別控除】

対象となる配偶者の合計所得金額が38万円超123万円以下とされました。また、それぞれ納税義務者の合計所得金額に応じて、下記表のとおり控除額が改正されました。

	配偶者の合計所得金額		納税義務者の合計所得金額					
			900万円以下		900万円超950万円以下		950万円超1,000万円以下	
			所得税	市道民税	所得税	市道民税	所得税	市道民税
配偶者控除	38万円以下	控除対象配偶者	38万円	33万円	26万円	22万円	13万円	11万円
		老人控除対象配偶者	48万円	38万円	32万円	26万円	16万円	13万円
配偶者特別控除	38万円超85万円以下		38万円	33万円	26万円	22万円	13万円	11万円
	85万円超90万円以下		36万円		24万円		12万円	
	90万円超95万円以下		31万円		21万円		11万円	
	95万円超100万円以下		26万円		18万円		9万円	
	100万円超105万円以下		21万円		14万円		7万円	
	105万円超110万円以下		16万円		11万円		6万円	
	110万円超115万円以下		11万円		8万円		4万円	
115万円超120万円以下		6万円		4万円		2万円		
120万円超123万円以下		3万円		2万円		1万円		

こちらに掲載しきれないイベントやニュースは市ホームページ「すながわ TOPICS」で紹介中！

すながわトピックス

検索

SUNAGAWA TOPICS

まちの話題 フォトニュース

▼テンポよく餅を丸めて袋に詰めていました



安全への願いを込めて餅をつく おいしいお餅に舌鼓

12月21日(出)、「安全をのばそう 災害をたたきつぶそう!」をスローガンに、もちつき保存会による「街頭もちつき」が地域交流センターゆうやアシル砂川店など市内各所で行われました。市内の農家の米を100Kg使い、掛け声をかけてテンポよく餅がつき終わると、手際よく餅は丸められ、安全を願う「安全もち」として皆さんにふるまわれました。

1年の願いをかなえるジャリ

誰もが笑顔と元気をもらう

1月3日(金)、「ジャリンバ初詣で」がAiAi横にて行われ、買い物帰りの方など、たくさんの方が砂利場の神様で守り神でもある「ジャリンバ」に1年の幸せと健康を祈願していました。おさい銭箱にさい銭を入れると「そなたの願いをかなえるジャリ! ジャリジャリジャリンバー」と令和2年の幸せを願う力がジャリンバから送られていました。

▼皆さんは今年の1年どんな願いをされましたか?



溝尾さんがバドミントンの全国大会に出場!



みぞおはな
溝尾花奈さん(中央小5年)が12月21日から東京都で行われる「全国小学生バドミントン選手権大会」への出場報告のため、12月17日に市長室を訪れました。

昨年の同大会は4年生以下女子シングルスにおいて準優勝となり、現在はU-13ナショナルチームにも所属しており、推薦選手として今回の出場となりました。溝尾さんは、「優勝を目指して頑張りたい」と述べました。

山下君が空手の全国大会に出場!



やましたけい
山下君(空知太小6年)が1月12日に東京都で行われる「全日本ジュニアチャンピオンシップ」への出場報告のため、12月20日に市長室を訪れました。

9月に行われた「世界総極真北海道大会小学6年生男子の部」において3位となり見事に全国大会へ出場となりました。山下君は、「まずは、1回戦を勝ち上がり、順に勝っていきたい」と意気込みを述べました。

新刊案内

オススメの1冊



『わたしのわごむはわたさない』
(ヨシタケシンスケ)

「ごみ箱の横にわごむが落ちていた。このわごむはわたしだけのもの！お兄ちゃんのおさがりじゃない、ちょっとだけかしてもらってもいい、わたしが好きにしているの。それってすくない？」クスリと笑えて、ちょっと考えさせられる人気絵本作家ヨシタケシンスケのユニーク絵本。

主な新刊書

12月1日以降に入ってきた新刊書です
..... **文学書**

- 赤い髪の女 (パムク)
- 悪寒 (伊岡瞬)
- 介護のうしろから「がん」が来た！ (篠田節子)
- グッドバイ (朝井まかて)
- 黒白の起点 (梓林太郎)
- サンズイ (笹本稜平)
- 三人寄れば無礼講 (清水ミチコ)
- 人面瘡探偵 (中山七里)
- 背中蜘蛛 (菅田哲也)
- 創竜伝 14 (田中芳樹)
- 十三の海鳴り (安部龍太郎)
- ファーストクラッシュ (山田詠美)
- 風神雷神 上・下 (原田マハ)

..... **実用書ほか**

- 夫のトリセツ (黒川伊保子)
- グレタたったひとりのストライキ (エルンマン)
- 心とカラダの正しい休ませ方 (日経WOMAN編集部)
- 退職代行 (小澤亜季子)
- 高倉健、その愛。 (小田貴月)
- 誰が科学を殺すのか (毎日新聞「幻の科学技術立国」取材班)
- デジタル・ミニマリスト(ニューポート)
- 藤井聡太の鬼手 (書籍編集部)

..... **児童書**

- こども六法 (山崎聡一郎)
 - またね、かならず (草野たき)
- ほか全154冊

図書館 Tel 52-3819



砂川市地域交流センター

伝・言・板

ゆう

■ゆうウィンターレクゲーム

子どもたちが楽しめる企画がたくさん♪レクゲームに参加してお菓子をもらおう！親子でぜひ遊びに来てくださいね。

◆とき 1月19日(日) 11:00～13:00

◆ところ 交流スペース(ロビー)

■新春初笑い！ゆうキッズ落語教室成果発表会

新春！初笑いは“ゆう楽亭”で！新年の始まりに、子どもたちが元気いっぱい落語を披露します。

◆とき 1月19日(日) 13:30～(開場13:00～)

◆ところ 大ホール

◆チケット 大人500円、高校生以下無料

■ニューイヤーオペラ「パリアッチ(道化師)」

札幌交響楽団や北海道二期会などのメンバーで結成されたオペラファクトリー北海道の生歌・生演奏で演じます。オペラの名作をぜひ劇場でご覧ください。

◆とき 1月27日(月) 18:30～(開場18:00～)

◆ところ 大ホール

◆チケット 一般2,000円(当日2,500円)、高校生以下500円

■砂川市民劇団公演「時空を超えて手から手へ」

～谷山孤児院って？～

過去に迷い込んでしまった3人の少女。砂川村の子どもたちと出会い何を想ったのか……。実際に昔砂川にあった孤児院が舞台のお話。今年も子どもから大人まで砂川の劇団が大集結し、みんなで物語を創り上げます。

◆とき 2月2日(日) 15:00～(開場14:30～)

◆ところ 大ホール

◆チケット 一般1,000円、高校生以下500円

■若狭愛子ピアノ弾き語りライブ「-magic hour-」

砂川出身のシンガーソングライター若狭愛子さんの凱旋ライブ。柔らかく温かみのある歌声は、聴く人の心にそっと寄り添い、癒やしてくれます。スペシャルゲストのドラマー・音楽家の松本一哉氏のワークショップもあります。ぜひ、スペシャルなステージをご鑑賞ください！

◆とき 2月9日(日) 16:30～(開場16:00～)

◆ところ 大ホール

◆チケット 一般2,000円、高校生以下1,000円

■ゆういきいきサロン

今月も前半は「ふまねっと運動」を行い、後半は砂川フォークダンス同好会の方をお招きしてフォークダンスを楽しみます。

◆とき 1月31日(金)
10:00～12:00

◆ところ 大ホール

◆参加費 無料

■ゆう百歳体操

簡単で楽しくできる運動をはじめませんか？

◆とき 毎週月・木曜日
【1月】
(16、20、23、27、30日)

【2月】
(3、6、10、13日)

10:00～11:30

◆ところ 大ホールほか

☎NPO法人ゆう事務局 Tel 54-3111

チケット取扱い 観光協会、石家商店、オオヤマ、いわた書店、砂川パークホテル、ゆう



栄養士のおはなし

減塩を心がけましょう！

～ナトリウム（食塩相当量）の目標量が引き下げられます～

厚生労働省では、国民の健康の維持・増進、生活習慣病の予防を目的として、国民が健全な食生活を営むことができるように「日本人の食事摂取基準」を策定しており、令和2年からの最新版では、1日のナトリウム（食塩相当量）の目標量の基準が引き下げられ、今までよりも厳しくなりました。

脳血管疾患や心疾患といった生活習慣病の予防には、運動や飲酒量の調節と同じくらい「減塩」も重要になります。普段の食事では、知らず知らずのうちに塩分の多い食品を摂取していることがあります。日々の食生活を見直すほか、ちょっとした工夫でも減塩につながるの、下記の減塩のポイントを参考にぜひ取り組んでみませんか。

1日のナトリウム（食塩相当量）目標量

	【男性】	【女性】
(変更後)	7.5 g未滿	6.5 g未滿
(変更前)	8.0 g未滿	7.0 g未滿

※ 18歳以上で医師などから指示がない場合
 厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2020年版」より

ラーメン1杯に約6.0g、カレーライス1杯に約3.7gのほか、食パン1枚にも約0.9gの塩分が含まれています！

減塩のポイント！

- ・しょうゆなどの調味料は、「かける」ではなく「つける」ことで減塩につながります。
- ・外食や加工・インスタント食品は味が濃く作られているため、摂取量に注意しましょう。
- ・かつおや昆布などのだし、レモンや酢などの酸味、こしょうやとうがらしなどの香辛料などを上手に使いましょう。
- ・市販の減塩商品をうまく取り入れてみましょう。
- ・ラーメンスープなどの飲みすぎに注意しましょう。(半分だけでも塩分が約30%カットできます)

問ふれあいセンター TEL 52-2000

ファミリーわかさぎ釣り大会 2020

オアシスパークからゆめまちづくり協議会では、ご家族・ご友人で楽しめる「ファミリーわかさぎ釣り大会」を開催します。

- とき 2月8日(土) 8:30～11:00 (受付8:00～)
- ところ オアシスパーク
- 参加費 1人1,000円(当日徴収)、小学生以下無料(要大人同伴)
- 定員 50人(先着) ※2人以上の家族や友人で応募ください。
- 賞品 総匹数の順位に応じて1万円～1,000円の市内限定商品券(そのほか全員に参加賞)
- 申込 市または観光協会ホームページから所定の申込書をダウンロードし、必要事項を入力の上、1月31日(金)までに下記「オアシスパークからゆめまちづくり協議会」Eメールへ送信
 [Eメールアドレス] o.yumemachi@gmail.com



釣りざお、仕掛け、餌の用意は不要です

▶当日同時開催

◆冬の遊び場 (10:00～13:00)

- 雪の滑り台 (2月までいつでも遊べます)
- スノーモービル

◆飲食コーナー (10:30～13:00)

- SABOT^{サボ} 手ぶらで冬のBBQ【1人前1,100円(道具使用料込)】
- くるみ会 ポークチャップまん、パンの販売
- カフェメデル 焼き菓子、コーヒーの販売

わかさぎ釣りシーズン中は、温かい飲み物や軽食を販売しています

- とき 1月～2月 10:30～15:00 【毎週土・日曜日】・・・くるみ会 パン、お菓子、ポークチャップまん
- ところ 遊水地管理棟 【毎週土曜のみ】・・・カフェメデル コーヒー、焼き菓子

問遊水地管理棟 TEL 52-3141

戸籍のまど (12月21日～31日)、市の人口 (12月末現在) は、2月1日号に掲載します

▶編集後記

▶「今年もよい1年でありますように」と砂利場の神様「ジャリンバ」に祈ってもらいました▶神様なので「寒い」ことはないと思いますが、取材中は凍えるような中でお疲れ様です▶私もジャリンバを見習わねばと心に決めて、新たな気持ちで頑張ります☺