

# 広報すな成物

令和2年

5/15

No.2183





中空知唯一の  
感染症指定医療機関

# 市立病院の対策は

岡市立病院 TEL 54・2131

新型コロナウイルス感染症患者は中空知地域においても確認されています。中空知唯一の第2種感染症指定医療機関である市立病院の新型コロナウイルス感染症の対策がどのようになっていくのか田口院長に聞きました。(4月27日時点の内容です。)

**新型コロナウイルス感染症患者の対応病床はどのくらいあるのでしょうか。**

市立病院の全病床数498床のうち、感染症に対応する病床は11床となります。(感染病床4床、結核病床5床、HCU2床)

**感染症病床はどのような部屋で、行動は制限されるのでしょうか。**

感染症病床はいずれも個室となっており、病室内は自由に動き回れますが、病室から出ることはできません。また、病室は陰圧となっており、部屋の空気を外に漏れ出さない仕組みとなっています。HCUは患者が重症化している場合に使用します。

**新型コロナウイルス感染症はどのような症状になりますか。また、発症した場合はどのような治療を受けることになるのでしょうか。**

軽症の場合には発熱、せき、筋肉痛、味覚・嗅覚障害などがあります。8割以上の患者はふつうの風邪と同じように解熱剤などの投与で自然に治ります。重症になると呼吸困難や強いけん怠感がでてきて、酸素投与が必要になります。それでも改善しない場合には人工呼吸器が必要になる場合もあります。新型コロナウイルス感染症に対する特效薬はまだない(インフルエンザの薬やエイズの薬などが使われていますが、いずれも必ず効くわけではない)ので、呼吸機能を補助しながら、自然に回復するのを待つこととなります。

**市立病院における、医師や看護師を含めた医療従事者への院内感染対策はどのようにしているのでしょうか。**

医療従事者はもちろんのこと、事務職員も含めて、市立病院の職員全員がマスクの着用、手洗いなどを徹底しております。新型コロナウイルス感染症の患者への対応をしなければならぬ場合には、マスクや手袋に加えて、フェイスシールドやガウンなどを着用して対応に当たります。

**新型コロナウイルス感染症に対応する資材は足りているのでしょうか。**

現在のところは、マスクや手袋などの資材はありますが、新型コロナウイルス感染症の患者が増えていくことがあれば、今後不足することも予想されます。

**医師や看護師など新型コロナウイルス感染症に対応する医療従事者は足りているのでしょうか。**

現在のところは、なんとかやりくりをして、医療従事者は足りていますが、こちらも新型コロナウイルス感染症の患者が増えていくことがあれば不足していくことが考えられます。

**新型コロナウイルス感染症ではないかと思ったときには、PCR検査は受けたいときに受けられるのでしょうか。**

一般の方は、37.5度以上の発熱が4日以上続いている方、強いだるさや息苦しさを感じる方が対象です。高齢者や糖尿病などの基礎疾患がある方、妊婦の方は2日程度の発熱やせき、息苦しさがあられる場合には滝川保健所に相談するようにしてください。特に高齢者や基礎疾患をお持ちの方で、「息苦しきがある」場合には注意が必要になってきますので、その場合は早めに相談してください。市立病院は第2種感染症指定医療機関



◆砂川市立病院 田口院長

ではありますが、現在はPCR検査(※)を当院で直接受けることはできません。滝川保健所(帰国者・接触者相談センター)に必ず電話をしてから、どの医療機関へ行くのかということの指示を仰いでください。

### 医療従事者への新型コロナウイルス感染症の差別はありませんか。

顕著にあるわけではありませんが、市内でも看護師であるということや医療従事者ということだけで、近寄らないようなこともあると聞いたことがあります。未知の感染症であるので、皆さん不安はあると思いますが、医療従事者は感染症対策を行っていますので、不安がらずに、落ち着いて対応していただければと思います。

### 最後に、市立病院へ来院する際に皆さんへお願いしたいことや、新型コロナウイルス感染症にならないためにお願したいことはありますか。

今、新型コロナウイルス感染症についてわかってきていることは、世界においても患者は発生しており、そのうち8割は軽症か無症状であるということです。その8割の方が自覚のないままに、不用意に外出をしてしまうことにより感染が拡大してしまふ恐れがあります。新型コロナウイルス感染症を拡大させないためには、まずは不要不急の外出を控えることが必要です。また、先ほどPCR検査の受診の際の症状をお伝えしましたが、万が一、新型コロナウイルス感染症が疑われるこ

とがあれば、医療機関を受診される前に、まずは滝川保健所まで相談をお願いします。市立病院でも、感染症の拡大防止のため、慢性疾患などで当院を定期的に受診されており、継続的な処方が必要な患者さんに対して電話診療による処方箋の発行ができるようになりました。手洗いやマスクを着用するなど、身近なところから「人にうつさない」「自分自身を守る」という細かい積み重ねが必要です。皆さん一人ひとりの行動が新型コロナウイルス感染症を食い止める手段となります。ぜひ皆さんにもご協力をお願いします。

※ポリメラーゼ連鎖反応法と呼ばれ、DNAの特定の配列部分を大量に増やし、試料中に特定のDNA配列が存在するかどうかを調べたりするために利用。(広辞苑より)

## 新型コロナウイルス感染拡大防止のためすべての面会を禁止しています

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、ワクチンが現時点では存在しないことや高齢者を含めて持病がある方は重症化しやすいことなどから、患者の安全を第一に考え、すべての面会を禁止しています。病室以外での面会も禁止していますので、ラウンジや外来ホールなどでの面会はやめてください。

## 電話診療による処方箋発行を行います

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、慢性疾患などで市立病院を定期的に受診されており、継続的な処方が必要な患者に対して電話診療による処方箋の発行ができるようになりました。

### ▶対象

慢性疾患などにより当院で定期的に処方を受けている方(予約で受診されている方)

### ▶処方できる薬

これまで定期的に処方されていた慢性疾患などに対する薬

※医師の判断で必要な薬が追加される場合があります。

### ▶申込方法

予約当日に電話にて申し込みください。なお、複数科の予約があるときは必ずお知らせください。電話診療の申し込みの際には受診科をお伝えください。

岡市立病院Tel 54-2131

※今回の取り扱い(電話診療による処方箋発行)は、新型コロナウイルス感染症患者の発生状況を踏まえた臨時的な取り扱いです。

# 筋トレをして

## 運動不足を解消しませんか？

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、外出を控えている方も多いと思いますが、健康維持・介護予防のためにはできる限り体を動かすことが大切です。筋肉が衰えると、転倒・骨折、認知症のリスクを高めます。体を動かすことは、ウイルスに対する免疫力を高めることにもつながりますので、自宅でできる運動で筋力を保ち、介護予防に取り組みましょう。



### おすすめ筋トレメニュー

- ゆっくり8秒声を出してカウントしましょう
- 10回で1セット、週に3回以上が目標

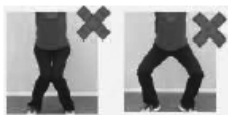


#### ◆スクワット 下半身の筋肉をバランスよく鍛える

<足腰が弱い方はイスを使いましょう>



4秒間かけて股関節に意識をかけて腰を落とし、4秒間かけて元に戻す（最大90度までを目指す）。



※内股、ガニ股に注意



※ひざはつま先より先に出さない

#### ◆ひざ伸ばし 衰えやすい「大腿四頭筋」を鍛える



背筋を伸ばし、イスに浅く座る。  
両手でイスの座面前側を軽く押さえる。  
両足は肩幅くらいに開く。



足が床と平行になるように力を入れて  
4秒間で上げ、4秒間かけて元に戻す。

左右それぞれ  
10回ずつ  
繰り返す

●注意 痛みがある場合は医師に相談しましょう。体調が悪い場合は、無理せずしっかり休養を取りましょう。

久野 譜也「60歳からの筋活」三笠書房より引用

[監修] 久野 譜也 筑波大学教授 医学博士、塚尾 晶子 つくばウエルネスリサーチ 保健師 博士(スポーツウエルネス学)

☆記載のメニューの他にも、自宅でできる運動メニューがありますので、お気軽に下記までご連絡ください。

☎高齢者支援係Tel 54-2121





# カラスやキツネの 対策を考えましょう



近年、カラスからの威嚇やキツネの徘徊、ふんなどの相談が多数寄せられています。その多くは、巣の材料になるような物（手入れがされていない木や空き家など）の放置や餌となるものがあるなど、人が野生動物にとって巣を作りやすく住みやすい状況を作ってしまったことが原因です。

事前に対策をすることで防げることもありますので、習性や対策について確認し、実践していただきますようお願いいたします。

## カラス対策

カラスは春から初夏にかけて巣作りをし、卵を産んでヒナをかえします。そして、子カラスが飛び立つまで親カラスがそばで見守っています。この子育ての時期に人間が巣やヒナに近づこうとすると、親カラスは子どもを守ろうとして、近づく人間を威嚇して遠ざけようとします。

### カラスに巣を作らせないために

庭木の枝が生い茂っているとカラスに巣作りされやすくなりますので、木の枝の三つ股になった所をせんでいし、二股にすると巣を作られにくくなります。

また、針金製のハンガーなど、巣材に使われそうなものを野外に放置しないようにしましょう。

### カラスの巣を発見したときは

カラスのヒナはふ化してから1か月ほどで巣立ちます。この1か月間に巣に近づくとヒナを守ろうとする親カラスに襲われる危険性が高くなりますが、巣立ってしまったら襲われることはなくなります。威嚇をされ、襲われるなどの被害がある場合は、環境衛生係へご連絡ください。カラスの巣は、鳥獣保護管理法により勝

手に撤去できず、市の許可が必要で

す。ただし、巣を撤去された親カラスは、これ以上人間に大切な子どもを盗られまいとして、その後さらに攻撃的になる例もあります。このため、生活環境に影響を及ぼすような被害のある場合以外は、刺激せず見守ったほうがよい場合もあります。

### 威嚇されないためには

巣や子カラスに近づかないことが第一です。巣を見上げたり、窓ガラス越しやベランダ越しに巣を見下ろすと親カラスに敵とみなされることもありまので、むやみに巣を見ることはやめましょう。カラスを遠ざけようと棒を振り回す・石を投げるなどの行動は逆効果になります。

もし、威嚇される場合はつばのある帽子をかぶったり傘を差すことで攻撃を防ぐことができます。また、カラスは人間の背後を狙って飛んできますので、カラスに背を向けなければ威嚇行動を避けることができます。

## 住宅地のキツネ対策

毎年、住宅地でキツネを見かけるとの情報が寄せられています。キツ

ネはエキノコックス症の感染源でもありますが、鳥獣保護管理法により野生動物として保護の対象となっているため、原則、駆除はできません。よって、キツネに好まれる環境をつくらないことが重要です。

### 住宅地に寄せ付けないために

- 餌となる残飯や生ごみ、犬や猫の餌を外に放置しない
  - 生ごみが散乱しないよう、ごみステーションの管理を徹底する
  - 餌付けは絶対にしない
  - 大きな音を立てて追い払う
  - 木酢液など、キツネが嫌がるものをまく
- ※予防策を行ってもキツネの被害がある場合はご連絡ください。

### エキノコックス症を予防しましょう

- 外出後はよく手を洗う
- キツネに触らない、近寄らない
- キツネのふんには直接触らない(処分する際は、小さなスコップなどを使い、30cm程の穴を掘って埋めるなどしてください)
- 家庭菜園の野菜や山菜は加熱またはしっかり水洗いする

環境衛生係 TEL 54・2121

# 特別定額給付金（10万円） 申請受付中です

市では、特別定額給付金の申請受付を開始しました。世帯主（受給権者）の方は、郵送された申請書などに目を通し、申請受付期限までにお忘れなく申請の手続きをお願いします。

▶**給付対象者** 令和2年4月27日現在において、市に住民登録されているすべての方

▶**受給権者** 給付対象者の属する世帯主

▶**給付額** 給付対象者1人につき10万円

▶**申請方法**

①郵送による申請

申請書に必要事項を記入のうえ、必要書類（本人および口座確認書類の写し）を添付し、同封されている返信用封筒により郵送してください。

②オンラインによる申請（マイナンバーカード所持者が利用可能）

マイナポータル上の特別定額給付金の申請画面において、世帯主および世帯員の情報、振込先口座情報を入力したうえで、振込先口座の確認書類をアップロードしてください。

※電子署名により本人確認を実施していますので、本人確認書類は不要です。

③窓口による申請（やむを得ない場合に限り）

申請書に必要事項を記入のうえ、必要書類（本人および口座確認書類の写し）を添付し、受付窓口に提出してください。

・受付窓口 地域交流センターゆう 大ホール

・受付期間 令和2年5月29日(金)まで（土・日曜日含む）

・受付時間 9:00～17:00

※6月1日(月)からは、市役所北庁舎1階会議室にて受け付けします。（土・日曜日、祝日を除く）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止徹底のため、郵送またはオンラインによる申請にご協力ください。

※申請書の記載方法などについては、同封されている「特別定額給付金のご案内」をご確認ください。

※申請書・添付書類に不備があると支給ができません。申請書・添付書類を申請前にもう一度お確かめください。

▶**申請受付期限** 令和2年8月7日(金)まで（当日消印有効）

▶**支給方法** 原則として世帯主（受給権者）名義の金融機関口座への振り込みとなります。

☎特別定額給付金事務局Tel 54-2121

## 子育て世帯への臨時特別給付金を支給します

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けている子育て世帯を支援する観点から、国は児童手当を受給する世帯（0歳～中学生のいる世帯）に対し、臨時・特別の給付金を支給することになりました。公務員以外の方については申請は不要です。公務員の方は申請が必要ですので、職場の担当者にご確認ください。

▶**支給対象者** 令和2年4月分（3月分を含む）の児童手当（本則給付）の受給者

▶**対象児童**

・児童手当の令和2年4月分の対象となる児童

・児童手当の令和2年4月分の対象ではないが、同2年3月分の対象となる児童（令和2年4月から高校1年生になった児童または同2年3月に死亡した児童）

▶**支給額** 対象児童1人につき10,000円

▶**支給月** 6月中に支給されます

☎子育て支援係Tel 54-2121



### 給付金を装った詐欺にご注意ください！

◆市や国などが現金自動預払機（ATM）の操作をお願いすることは、絶対にありません。

◆市や国などが「給付金」の給付のために、手数料の振り込みを求めることは、絶対にありません。

不審な電話がかかってきた場合などには、砂川警察庁舎Tel 54-0110（または警察相談専用電話 #9110）、

生活交通係Tel 54-2121 までご連絡ください。

**i** 不法投棄監視カメラを設置します

市では、不法投棄を防止するため巡回パトロールを実施するほか、不法投棄監視カメラを設置しており、不法投棄者が判明した場合は、警察と連携し厳しく対処します。不法投棄は法律で禁じられており、違反をすると5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金、さらに法人が関わった場合は3億円以下の罰金という非常に厳しい罰則が科せられます。

ごみのない「きれいな街」にするため、適正なルールに基づいたごみの排出にご協力をお願いします。

☎環境衛生係Tel 54-2121



**第20回 THE 祭  
開催延期のお知らせ**

7月18日(土)、19日(日)に開催予定の「第20回 THE 祭」については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和3年7月17日(土)、18日(日)へ延期となります。

☎IZANAI 北海道・すながわ夷(スガダンスイノベーション内) Tel 22-8080

**i** 環境美化活動にご協力ください

市では、衛生組合と連携し、環境美化に向けた取り組みを推進しています。雪解けに伴う飛散ごみの回収など、例年、多くの団体の皆さんが「きれいな街づくり」に向けた環境美化活動を実施されていますが、各家庭でも家屋周辺の清掃など積極的な取り組みをお願いします。

また、市では、職場や学校、町内会などの各種団体で地域の清掃ボランティアを行う場合に、公用のごみ袋を配布しています。交付を希望する団体は、環境衛生係④番窓口にて必要枚数を申し込みください。

☎環境衛生係Tel 54-2121

**ノルディックウォーキング教室**

すながわ健康ポイント対象事業

普通のウォーキングより効率の良い、ポールを使った歩き方を学んでみませんか。

- とき 5月27日(水) 10:00～12:00
- ところ 日の出公園(総合体育館集合)
- 内容 ポールを使ったストレッチ、歩き方の基本  
※貸出用のポールがあります。
- 申込 5月26日(火)までに下記へ

☎総合体育館Tel 54-2175

**市立病院職員募集**

市立病院では、病院事業職員採用登録試験を行います。

- 職種 薬剤師
- 資格 薬剤師の資格を有する(取得見込み含む)、平成2年4月2日以降に生まれた方
- 登録人員 若干名
- 試験日 個別に連絡
- 採用日 随時または令和3年4月1日
- 申込 所定の申込書に記入のうえ下記へ

☎市立病院職員係Tel 54-2131

**i** 砂川のまちを花で彩ってみませんか

【花いっぱい運動】

市道の「植樹ます」に花を植えることで、美しいまちなみを目指す「花いっぱい運動」。現在は17団体が参加していますが、引き続き参加団体を募集します。

- 募集团体 町内会、子ども会、老人クラブなど、毎年続けて植栽・維持管理をしていただける団体(実績に応じて報奨金を支給)

【フラワーマスター】

フラワーマスターは、北海道が認定する「花の育成管理」や「街並みの景観に配慮した植花の指導・助言」を行うボランティアです。市内では現在13人が活動しています。花のことで知りたいたいことがありましたら、フラワーマスターを紹介しますのでご連絡ください。

☎都市計画係Tel 54-2121

まだまだ元気に働きたい! そんな想いをお持ちの方は...



**シルバー会員大募集!!**

砂川市  
シルバー人材センター **☎ 52-4159**  
西7条北4丁目1-1 (総合福祉センター内) <http://webcsj.cne.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





## 6月1日は電波の日

総務省では6月1日を「電波の日」と定め、10日までの「電波利用環境保護周知啓発強化期間」に電波利用に関するルールの周知・啓発活動を行います。

総務省北海道総合通信局では、電波の使われ方を監視し、適正な電波環境の維持に努めています。

電波に関する困りごとやご相談がありましたらお問い合わせください。

☎総務省北海道総合通信局  
Tel 011-737-0099



## 新卒者の採用準備を始めませんか

令和3年3月の新規学校卒業生（中学・高校）の求人を6月1日(月)より受け付けます。

新規学校卒業生の多くは地元での就職を希望していますが、地元企業の求人公開の遅れから、多くの若い人材が地元を離れて就職しています。

早期に採用計画を立て、ハローワークへ求人申し込みをされるようお願いいたします。

☎ハローワーク砂川Tel 54-3147  
ハローワーク滝川Tel 22-3416



## 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
ダンプ運転手(石炭・土)	65歳以下	1
一般事務補助員	不問	1
調理員	不問	1
施設管理員(管理職候補)	不問	1
現場代理人及び営業	不問	1
研究補助	不問	1

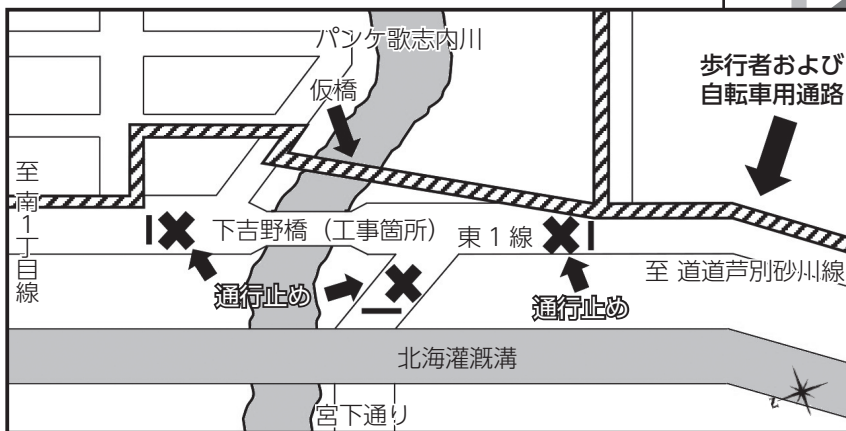
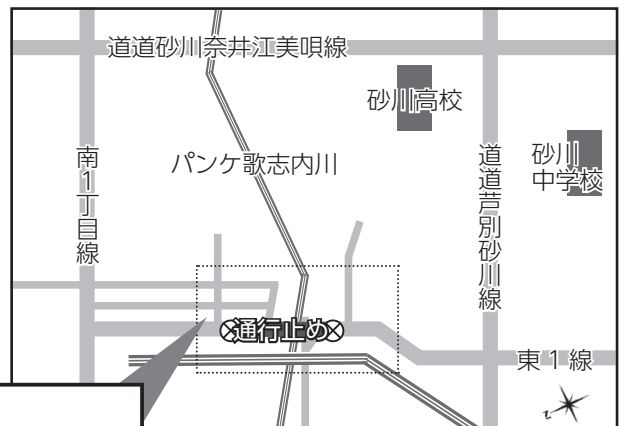
(4月30日現在)

☎ハローワーク砂川Tel 54-3147

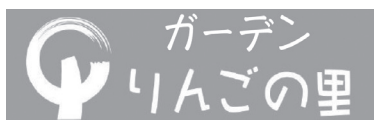
## 通行止め継続のお知らせ（下吉野橋）

橋梁架換工事に伴い、昨年9月から車両の通行止めを実施していますが、引き続き通行止めとなっています。現場の作業内容によって通行止め区間が変更となりますので、事前に設置する予告看板や現場にいる作業員の指示に従って通行してください。歩行者および自転車のみ通行可能な仮橋は、引き続き設置していますので通行の際はそちらをご利用ください。ただし車両は通行できません。

●期間 令和3年3月下旬まで  
☎土木係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



ホームページは  
こちらから

※個室・夫婦部屋をご用意できます



## 「あいさつ運動」の標語募集

「あいさつ運動」をさらに充実させるために、あいさつに関わる標語を募集します。皆さんのあいさつに対する思いをお待ちしています。

- **対象** 各小中学校、高校の児童生徒および市民
- **作品** 字数や様式に制限はないが、未発表のものに限る
- **入選** 小学校低学年、同高学年、中学生、高校生、一般の部において各2点、計10点を選定（記念品あり）
- **標語の活用** オアシス通信や街宣活動などに活用
- **応募点数** 児童生徒の部は一点、一般の部の応募点数は三点以内とする
- **応募方法** 応募用紙に標語および下記の事項を記入し、公民館へ持参、FAX、メールのいずれかにて提出  
＜児童生徒の部＞ 学校名・学年を記入し、6月22日(月)まで  
＜一般の部＞ 住所・氏名・電話番号を記入し、6月22日(月)まで  
※応募用紙は市ホームページからダウンロードできます。

岡あいさつ運動推進委員会（公民館内）TEL 54-2121

【FAX】 52-4815

【メール】

shakyokr@city.sunagawa.lg.jp



スマートフォンなどを上手に使おう！

### インターネットの危険から 子どもを守るための 3つのポイント



スマートフォンなどのインターネット接続機器の普及により、最近では、子どもたちも自分のスマートフォンを持ち、メールや調べ物、ゲームなどを利用することも多くなりました。しかし、インターネット上の世界には、子どもたちにとって役立つ情報がたくさんある一方で、使い方によっては悪影響を及ぼすこともあります。子どもたちが安全にスマートフォンなどを使うため、下記の3つのポイントをしっかりと確認しましょう。

#### 「ペアレンタルコントロール」を活用しましょう

「ペアレンタルコントロール」とは、子どものスマートフォンなどの使用状況を把握したり、安全管理を行ったりするサービスです。日々のプレイ状況を確認したり、プレイする時間の長さや時間帯の調整、課金の制限などを行ったりすることができます。

#### 「フィルタリング」を賢く利用しましょう

有害情報へのアクセスを制限する「フィルタリング」は、うっかり、あるいは故意に危険なサイトにアクセスしないようにコントロールしてくれる機能で、出会い系サイトやアダルトサイト、暴力的な表現のあるサイトなどを子どもが閲覧できないようにします。

#### トラブルが生じたらすぐに保護者に相談するようにしましょう

子どもが上手にインターネットを活用できるようにするために、利用目的や利用場所・時間帯のほか、名前や顔写真、学校名などをSNSなどに安易に書き込まないなど、家庭のルールをしっかりと話し合しましょう。また、万が一トラブルが生じたときには、子どもが一人で抱え込まず、すぐに保護者に相談するよう、ふだんから伝えておきましょう。

(出典：政府広報オンライン)



屋根・外壁塗装の  
ご用命はお任せください

小さな工事でもお気軽にお電話お待ちしております



(株)加我塗装工業  
晴見2条北8丁目3番7号 ☎52-3333

職業訓練指導員（塗装科） 1級塗装技能士の店

### 肉のことなら肉のさいとうへ！

- ◆ 人数・予算に応じて焼肉セットをお作りします！
- ◆ 自家製「生ソーセージ」各種（無化調）を販売しています！



肉のさいとう 砂川市東1条北3丁目1-2  
TEL 52-2958 FAX 54-4129

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

▼役員会では今年度の議案についての審議も行われました



## 交通死亡事故のないまちへ 交通死亡事故“ゼロ”記録更新

4月17日(金)、砂川市交通安全推進委員会役員会が開催され、3月27日に交通事故死ゼロ歴代最長記録の860日を更新したことが報告されました。記録は現在も更新中です。市内で実施されている交通安全運動や飲酒運転撲滅へ向けた啓発活動など、市民の皆さんの積極的な参加のおかげで記録を更新することができました。これからも交通死亡事故のない砂川を目指しましょう！

## 砂川の春の一コマ

わかさぎの卵 1,000万粒放流

4月19日(日)、オアシスパークにて、オアシスパーク高度利用研究会がわかさぎの卵の放流を行いました。長年にわたり同団体が続けている活動で、このような地道な努力によって砂川名物の冬のわかさぎ釣りは支えられています。前のシーズンは氷が薄く、楽しめなかったわかさぎ釣りですが、次のシーズンはこのような活躍に感謝して楽しみたいですね。

▼専用のふ化枠に卵を付着させて放流します



## 100歳おめでとうございます



わかばやしりつ

若林律さんが4月19日に100歳の誕生日を迎えられ、市から敬老のお祝いが贈られました。

若林さんは、大正9年に旭川市でお生まれになり、結婚を機に砂川市に移り住まわれました。若い頃は旅行が趣味で、友人と道内から道外まで、行かないところがないというほど日本各地を旅行されたそうです。

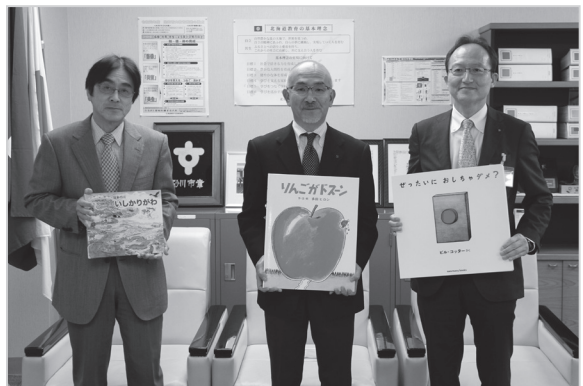
いつまでもお元気で過ごしてください。

## 図書館とゆうへ絵本の寄贈

合計27冊の絵本を贈呈

4月27日(月)、砂川ジャリンバ(信太代表:写真中央)から図書館と地域交流センターゆうへ絵本が寄贈されることに伴い、教育長室にて贈呈セレモニーが行われました。図書館には20回目、ゆうには8回目の寄贈となり、これまで寄贈した絵本は585冊となりました。なお、これらの絵本は1月の「ジャリンバ初詣で」のお賽銭で購入されています。

▼ゆう其田理事長(左)と高橋教育長が受け取りました



# 新刊案内

## オススメの1冊



『リーダーとして覚えておいてほしいこと』  
(野村克也)

「野球(しごと)に学び、野球(しごと)を楽しむ」ことをモットーに、常に野球と野球界を思い続けてきた名将・野村克也。自身の忘れ難いエピソードとともに、リーダーの心得と思想、人の育て方・活かし方など、野球を愛する人、そして野球を知らない人たちにも伝えたいと綴った野村流リーダー論。

## 主な新刊書

4月1日以降に入ってきた新刊書です  
..... **文学書** .....

- うちの父が運転をやめません (垣谷美雨)
- 海の十字架 (安部龍太郎)
- 去年の雪 (江國香織)
- 三年長屋 (梶よう子)
- 絶対聖域 (新堂冬樹)
- たおやかに輪をえがいて (窪美澄)
- 嫁ぐ日 (諸田玲子)
- ねなしぐさ (乾緑郎)
- ひとりメシ超入門 (東海林さだお)
- 病気も人生 (曾野綾子)
- 三毛猫ホームズの裁きの日(赤川次郎)
- わかれ縁 (西條奈加)

..... **実用書ほか** .....

- ADHDの人の「やる気」マネジメント (司馬理英子)
- エリザベス女王 (君塚直隆)
- 仕事の成果って、「報・連・相」で決まるんです。(三上ナナエ)
- 「自分」を生きる (坂東真理子)
- 賃上げ立国論 (山田久)
- 遠野奇談 (佐々木喜善)
- 懐かしいお菓子 (伴田良輔)
- ニッポンのサイズ図鑑 (石川英輔)
- ビジュアルパンデミック・マップ(ハンペル)

..... **児童書** .....

- はるといえば... (新井洋行)
  - はるのうた (もちなおみ)
- ほか全134冊

岡図書館 Tel 52-3819



砂川市地域交流センター

伝・言・板

ゆう

## ■ゆうアートプロデュース・トライアル事業「月あかりの子守唄」再延期のお知らせ

「広報すながわ4月15日号」で延期のお知らせをしました“ゆうアートプロデュース・トライアル事業「月あかりの子守唄」”は、新型コロナウイルス感染症の収束が見込まれないことから再び延期することとなりました。新型コロナウイルス感染症が収束し日程が決まりましたら、改めてお知らせします。

【延期】6月7日(日) → 時期未定

岡NPO法人ゆう事務局 Tel 54-3111

## ご寄付に感謝します (敬称略)

☆現金 50万円

感染症対策本部用 空知商工信用組合 理事長 谷山哲也

☆各種お菓子 676袋

保育所および学童保育所用

株式会社北菓楼 代表取締役社長 堀安規良

☆バウムクーヘン 5個入り 400個

感染症対策本部用 株式会社北菓楼 代表取締役社長 堀安規良

☆安全笛 100個

新入学児童の防犯用

日本マクドナルド株式会社コミュニケーション & CR 本部 CSR 部

☆黄色いワッペン 108個

新入学児童の交通事故防止用

株式会社みずほファイナンシャルグループ 他3社

☆絵本 3冊

閲覧用 北海道新聞社事業局出版センター センター長 加藤敦

☆手作りマスク 64枚

空知太保育所用

中村道子

☆抗菌化スプレー 3個ほか

コロナウイルス対策用 エーザイ株式会社 執行役 内藤景介

☆絵本 8セット (1セット3冊)

保育所および学童保育所用

株式会社北海道新聞社 代表取締役 社長 広瀬兼三

☆マスク 100枚

感染症対策本部用

下尻幸男

☆ゼリー菓子 360個ほか

保育所および学童保育所用

株式会社ホリ 代表取締役社長 堀安規良

☆ゼリー菓子 (12個入り) 400個

感染症対策本部用 株式会社ホリ 代表取締役社長 堀安規良



## 新型コロナウイルス感染症 先の見えない自粛生活…気をつけたいポイント

全都道府県を対象に緊急事態宣言が5月31日まで延長されました。

北海道は、特に重点的に感染拡大の防止に向けた取り組みを進めていく必要がある「特定警戒都道府県」に入っています。

引き続き、不要不急の外出や人との接触を避け、感染予防に努めましょう！

### ▶新型コロナウイルス感染症とは？

発熱、のどの痛み、せきが長引く（1週間前後）、強いだるさ（けん怠感）、息苦しさを訴える方が多いことが特徴で、一般的には感染者のせきやくしゃみを介する飛沫感染、ウイルスが付着したドアノブやスイッチなどを介する接触感染で感染します。特に高齢者や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性があります。また、認知症などの疾患を持つ方は、不調を訴えることが難しい場合がありますので、ぐったりしている、食欲がない、動きが緩慢など、家族や周囲の方が気を付けて見ていくことも大切です。

### ▶うつらない・うつさないために

- ・手洗い、せきエチケットで感染予防を心がけましょう。
- ・「換気の悪い密閉空間」「密集場所」「密接場面」が重なる場所を避けましょう。
- ・体調が悪い時は用事や外出を控えましょう。

### ▶体力維持にも気をつけましょう！

- さまざまな集まりなどの中止で外出が減り、体力が落ちることが心配されます。
- ・人混みを避けて散歩をしましょう。
  - ・家でできる用事や楽しみで体を動かしましょう。（畑仕事・庭いじり・片付けなど）
  - ・普段している体操を自宅で続けましょう。（ラジオ体操・いきいき体操・百歳体操など）

### ▶栄養と睡眠をしっかりとりましょう！

3食バランス良く食事をとりましょう。特に高齢者は、筋肉のもとになるたんぱく質を積極的にとりましょう。また、十分な睡眠をとり、規則正しい生活習慣を心がけましょう。生活リズムが崩れてくると、睡眠障害やうつ病、肥満、糖尿病などの代謝障害などさまざまな影響が出てきます。3食の時刻をできるだけ一定にして生活リズムを整えることが大切です。さらに、朝日（光）を浴びると一層効果的です。

### ▶「相談・受診の目安」が見直されます

国は、従来、「原則37.5度以上の発熱が4日以上続いた場合に相談する」としていましたが、37.5度という具体的な基準は削除し、次の3項目の一つでも該当すればすぐに相談するよう見直する予定です。心配な方は相談窓口にご相談ください。

- ①息苦しさをや強いだるさ、高熱のいずれかがある
- ②高齢者や基礎疾患がある方、あるいは妊婦で、発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状がある
- ③比較的軽い風邪の症状が4日以上続く

### 【新型コロナウイルス感染症相談窓口】

- ▶滝川保健所TEL 24-6201 <<平日 8:45～17:30>> ▶北海道保健福祉部地域保健課TEL 011-204-5020 <<24時間>>
- ▶厚生労働省電話相談窓口TEL 0120-565653（フリーダイヤル）<<9:00～21:00（土日祝も実施）>>

（詳しくは、市ホームページ（<http://www.city.sunagawa.hokkaido.jp/>）をご覧ください）

問ふれあいセンターTEL 52-2000

戸籍の窓（4月21日～30日）、市の人口（4月末現在）は、6月1日号に掲載します

### 編集後記

- ▶新型コロナと戦うのは医療従事者のみならず、スーパーや銀行の窓口などで働く皆さんも同様で、毎日感謝の日々
- ▶飲食店を応援するクラウドファンディングも500万円を超える金額で市民の皆さんの熱い想いを感じました🙏