

いいとこ、いいもの、ギュギュッと！

広報 いみず No.175

巻頭

認知症の人にやさしいまちへ
4月から2つの新事業がスタート！

新型コロナウイルス感染症 に関するお知らせ…… 4

これから4年間のまちづくり計画 …… 5

民生委員・児童委員 のご紹介 …… 6～7

COUPON お得なクーポン情報!! …… 23



テイクアウト
はじめました

不要不急の外出を避け、
新型コロナウイルス感染拡大を防ぎましょう！

本紙に掲載したイベントなどは、新型コロナウイルスの影響により中止・延期となることがあります。また、原則、公共施設などは5月6日(水)まで臨時休館します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

2020
5月
May

4月から2つの新事業がスタート！

認知症の人にやさしいまちへ



認知症は誰でもなる可能性のある病気で、2025年には65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると言われています。「自分には関係ない」と思わずに、認知症を身近な病気として考えてみませんか。

問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625 FAX 51-6657

「認知症」とは？

認知症とは、人間の活動をコントロールしている脳の細胞が減少したり、動きが悪くなることで、さまざまな障害が起こり、6か月以上継続して生活に支障が出ている状態のことをいいます。

認知症になると記憶力や判断力が衰えます。そのために、周囲にうまく適応できなくなったり、不安になることにより、妄想や幻覚などの症状が出ることもあります。

認知症は早期発見・早期治療することで症状を軽減し、進行を遅らせることが期待できます。また、早期に発見することで、症状が軽いうちにご本人やご家族が相談して、今後の生活に向けた準備ができ、その人らしい暮らしを続けることにも繋がります。

MCI(軽度認知障害)とは？

MCI(軽度認知障害)は認知症の一手前の状態です。そのまま放置すると、5年で50%近くの人が認知症に移行しますが、早期に適切な対応を行うことで10%は認知機能を元に戻すことができると言われています。



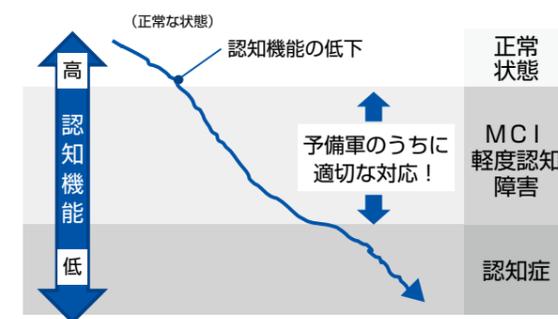
MCIは、早期発見が大切です！

MCIのサインをチェック!!

- 約束をよく忘れるようになった
- 身だしなみに関心がなくなった
- 趣味への興味がなくなった
- 家族・友人との会話が楽しめなくなった

※チェックが多く当てはまるほど要注意です。チェックのついた方はご相談ください。

認知機能低下のイメージ (アルツハイマー型の例)



※認知症の多くを占めるアルツハイマー病の進行のイメージ

1 認知機能検診

MCIを早期に発見し、適切な対応を行うことで、認知症の重症化を予防することを目的に検診を実施します。

○対象者

市内に住所を有する65歳以上の方で、もの忘れが心配な方

※医療機関で認知症の検査や治療を受けている方および介護認定を受けている方を除きます。

○検診内容

- ①認知機能テスト(15分程度の聞きとり)
 - ②MCIスクリーニング検査(血液検査)
- ※医師が必要と認めた方に実施します。希望者全員に②のMCIスクリーニング検査を実施するものではありません。

○検診料 無料

※認知症の治療が必要な方には、①②の検査以外に必要な検査を追加で実施する場合があります。その場合、医療保険が適用となり、費用は自己負担になります。

○検診を希望する方は

医療保険者証、介護保険者証を持参し、下記の医療機関を受診してください。なるべく、生活状況等のわかる家族と一緒に受診することをおすすめします。

実施場所 市内の指定医療機関 (認知症サポート医が診察を担当します) ※要予約

医療機関名	住 所	電話番号
矢野神経内科医院	本町一丁目13番1号	82-5150
赤江クリニック	堀岡310番地	86-1420
たかはし内科医院	三ヶ1028番地	55-5522
北林クリニック	戸破1704番地1	57-0008
真生会富山病院	下若89番地10	52-5515

2 みまもりあい事業

認知症により行方不明になった高齢者等をより早く発見・保護するため、「地域全体で見守りあえるまちを目指した「みまもりあい事業」を開始します。

みまもりあいステッカー

「みまもりあいステッカー」は、衣服や持ち物に貼ることで、認知症の方が行方不明になった時に、発見者から直接連絡を受け取ることができます。

※粘着シールなので、どこにでも貼れます。衣類には縫い付けを推奨します。

○対象者

市内に住所を有し、認知症により行方不明になる可能性がある方

○登録方法

利用申請書を地域福祉課へ提出してください。申請書は地域福祉課窓口またはホームページからダウンロードできます。

○費用 無料

みまもりあいアプリ みまもり隊募集!

みまもりあいアプリをダウンロードすることで、誰もが認知症の方を支える「みまもり隊」になることができます。

○みまもりあいアプリ

スマートフォンからダウンロードする無料のアプリです。ご家族が検索依頼を発信した時に、検索依頼者周辺(半径500m)20kmの間で依頼者が設定にいた方に、捜索対象者の情報が送られます。

○登録方法

[App Store] や [Google play] などで「みまもりあい」を検索。または、左記のQRコードからダウンロードしてください。



家族と発見者が互いの電話番号を伝えることなく、直接会話できます!

フリーダイヤル ID番号



ios版 Android版

容量が軽いアプリです! (ダウンロード無料)

みまもり隊の方へ

捜索者を見かけたときは、捜索者情報に記載のフリーダイヤルとID番号により、ご家族と連絡をとってください。ご家族と連絡がつかない場合は、警察への通報をお願いします。

※できる範囲でご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

新型コロナウイルスの感染者が世界中で増加しています。さらなる感染拡大を防ぐため、感染症対策へのご協力をお願いします。

！感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 手洗いの前に
 ・爪は短く切っておきましょう
 ・時計や指輪は外しておきましょう

正しい手の洗い方

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう
 何もせずに咳やくしゃみをする
 咳やくしゃみを手でおさえる

3つの咳エチケット

マスクがない時
 とっさの時
 マスクを着用する(口・鼻を覆う)
 ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
 袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

密を避けて外出しましょう

- 換気の悪い密閉空間
- 多数が集まる密集場所
- 間近で会話や発声をする密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、**クラスター(集団)の発生を防止することが重要**です。イベントや集会で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

3つの条件がそろった場所がクラスター(集団)発生のリスクが高い！

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には消毒などを行ってください。

〈感染が疑われる場合〉

- 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
- 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
- ※高齢者や妊婦、基礎疾患などのある人は、上記の状態が2日程度続く場合

左記のような症状がある人は、**帰国者・接触者相談センター(高岡厚生センター射水支所)**へご相談ください。
☎56-2666

これから4年間の

まちづくり計画

◆第2次射水市総合計画 後期実施計画を策定しました

(計画期間 令和2年～令和5年)

市では、第2次射水市総合計画に掲げる本市の将来像「豊かな自然あふれる笑顔 みんなで創るきらら射水」を実現するため、具体的な事業の年次計画である実施計画に基づき各種事業を推進しています。実施計画は、前期・中期・後期計画に分け、各期の最終年度に見直しを行っています。

このたび、社会状況の変化に的確に対応した実効性のある計画となるよう、令和2年度から5年度までの4年間の後期実施計画を見直しました。

本計画では、「第2期射水市まちづくり創生総合戦略」や「いばらき西園都市圏ビジョン」等に掲げている地方創生の実現に向けた施策等を引き続き取り組むこととしています。

総合計画の「まちづくりの基本方針」の概要は、以下のとおりです。

第1部 豊かな心を育み誰もが輝くまち

子ども及び妊産婦医療費助成、保育士確保など、引き続き安心して子どもを生育てられる環境づくりを推進するほか、学び環境の充実や、子どもたちの確かな学力の定着を図ります。

- 婚活支援事業
- 子育て支援事業
- 学力向上対策事業
- 小・中学校施設整備事業
- 男女共同参画社会推進事業 など

第2部 健康でみんなが支え合うまち

健康寿命の延伸を目指し、市民の健康づくりを推進するほか、市民病院の医療体制の充実を図ります。また、高齢者や障がい者等の地域生活支援等を推進します。

- 健康づくり推進事業
- 介護サービス充実事業
- 障がい者地域生活支援事業
- 自立相談支援事業
- 高度医療機器整備事業 など

第3部 個性に満ちた活気あふれるまち

魅力ある地域資源の発信等によるイメージの向上・定着のほか、観光振興、商工業の活性化によるにぎわいの創出を図ります。また、農林水産業の振興を図るほか、企業誘致や企業の経営基盤の強化、雇用対策等を推進します。

- 射水ブランド発信事業
- 移住・交流促進事業
- 企業誘致推進事業
- おもてなし推進事業
- 雇用対策事業 など

第4部 潤いのある安心して暮らせるまち

循環型社会の構築を推進するほか、新たな地域交通の導入を検討します。また、空き家対策、定住支援等により住宅環境の充実を図るほか、雨水対策や広域的な防災連携を推進するなど、防災基盤の整備を図ります。

- グリーンピア射水基幹的設備改良事業
- 地域交通対策事業
- 空き家対策事業
- 雨水対策事業
- 広域防災連携事業(呉西連携) など

第5部 みんなで創る開かれたまち

市民協働事業の推進やコミュニティセンターの整備に取り組みます。また、公共施設の統廃合など行財政改革を推進するほか、RPA・IoTなど新技術の活用を図ります。

- 市民との協働によるまちづくり事業
- コミュニティセンター整備事業
- 公共施設統廃合推進事業
- 電子自治体推進事業 など

第2次射水市総合計画 事業費総括表 ※表示単位未満を四捨五入しているため、各項目の数値と合計値が一致しない場合があります。(単位:百万円)

まちづくりの基本方針	前期実績 (平成26～28年度)	中期実績(見込) (平成29～令和元年度)	後期計画 (令和2～5年度)
第1部 豊かな心を育み誰もが輝くまち	7,622	8,888	8,241
第2部 健康でみんなが支え合うまち	7,765	4,485	4,218
第3部 個性に満ちた活気あふれるまち	6,079	5,342	5,670
第4部 潤いのある安心して暮らせるまち	18,919	16,977	20,161
第5部 みんなで創る開かれたまち	8,965	2,694	2,565
総計	49,350	38,387	40,854

※詳しくは、市ホームページ「まちづくり」⇒「総合計画」をご覧ください。

問合せ先 政策推進課 ☎51-6612

ご存じですか？地域の身近な相談相手

民生委員・児童委員は、地域を見守り、地域住民の身近な相談相手や専門機関へのつなぎ役として、必要に応じて助言や相談、福祉サービスについての情報提供などの支援を行っています。

主任児童委員は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員として、子育ての支援や児童健全育成活動などに取り組んでいます。

地域の身近な相談相手である民生委員・児童委員、主任児童委員にお気軽にご相談ください。

(令和2年4月1日現在、敬称略)

新湊地区		
氏名	担当区域	電話番号
放生津		
中川 純子	越の潟町	070-4398-2763
佐賀野伸之	神保寺	84-2095
銭谷 秀明	荒屋東部	84-0623
南島美枝子	荒屋本町	84-1891
二口 憲夫	東町東部1区	82-5582
大濱 晴彦	東町東部2区	82-2441
鶴 廣明	天神町、四十物町、東町西部、倉屋敷	82-5425
野村 千春	山王町、中町	82-2343
殿村 春美	獅子絵田	84-2705
杉谷 慶子	紺屋町、立町、菊屋町、西立町	82-2256
作道 廣司	南立町、法土寺	84-2911
帯刀 毅	二の丸町	82-6526
長田 恵子	二の丸本町	84-0022
寺井 淳子	江柱(中央町八幡町三丁目線南側)	84-1759
中山千恵子	江柱(中央町八幡町三丁目線北側)	82-6050
塩谷 治幸	主任児童委員	82-3833
新湊・庄西		
長慶 禮子	北長徳寺	82-3265
米島 明美	北長徳寺	84-7794
澤井 和子	庄東区	84-2603
坂井 喜彦	庄東区	84-7818
橘 恵子	新富町	84-5806
松井 洋朗	新富町	84-7764
澤 定之	南長徳寺	84-0036
浜谷 明人	南長徳寺	090-2120-4966
立野 里美	三日曾根	82-2416
浦山久美子	三日曾根	82-5346
久湊喜代子	善光寺	84-3315
宮前 節子	善光寺	82-3461
牧野美恵子	善光寺	84-8093
本江 春枝	緑町	84-3218
室生 久雄	桜町	84-6689
生地 良一	四日曾根	82-2412 080-1958-2243
小松 孝彦	西新町、東新町	75-1678
林 みゆき	奈呉町	84-1430
曾根 正人	古新町西部	84-4312
出町 茂	古新町東部・中部	84-4130
川口 順子	六渡寺	82-6955
佐野 宰子	六渡寺	82-3390
高坂 理香	中伏木、三ヶ新	82-5614
綿谷 淳子	主任児童委員	84-5557
川井 千恵	主任児童委員	84-8941
塚原		
森 悦郎	朴木	84-2299
稲積 稔	川口、坂東	84-5939
粟江 哲朗	沖塚原	82-2467
塚本 廣文	寺塚原第一	82-4229
藤岡 純一	寺塚原第二・第三	83-0878
親部 順昭	松木(1~12班)	82-4708
永田 依	宮袋、松木(13~16班)	82-4287
中島 雅恵	主任児童委員	84-8989
作道		
南 賢二	新生町	84-5514
吉田かねみ	新生町	82-2891
津田 栄	作道	84-6712
佐伯 幹雄	津幡江	84-6347
鷺山 時子	高木、布目	82-7788
渡邊 幸雄	久々湊	84-6605
草野 憲恵	鏡宮	84-6443

金山 泰子	殿村	84-6295
山田 義成	今井、沖	84-4470
尚和 厚子	野村	84-6633
津幡 光子	神楽町	82-2251
増山美千代	鏡宮弥生	82-3608
杉山 義尚	主任児童委員	82-6083
片口		
田嶋 和夫	片口第三	86-2680
笹木 陽子	片口第四・第五	86-2380
安田 秀樹	高場新町二丁目、片口雇用促進住宅	86-3480
片村 正治	片口第一・第二	86-0782
福本 京子	久々江	86-3024
松井 純子	高場新町三・四丁目、古高場	86-3061
新川 栄	新高場、中高場	86-2054
滑川 明美	主任児童委員	86-0374
堀岡		
塩谷 豊	新明町、古明神第一・第二	86-0283
菊 映子	古明神第三、新明神	86-0508
江藤 好子	東町	86-1988
高木 悦子	中町、西町、海竜町	86-0270
堺 希久子	明神新、西新明神	86-1294
立野 洋美	射水町	86-2021
菊 伊都子	草岡町	86-0255
垣内 恵子	主任児童委員	86-5767
海老江・本江・七美		
矢後 近	練合	86-2268
岸 豊美	七軒	86-0163
長澤 長博	海老江東町	86-0653
渡邊 純吉	海老江西町	86-0814
野村美紀子	海老江浜開	86-2170
荒井 豊美	海老江中町	86-2659
奥田 幸吉	針山	86-2743
瀬川 巖	道番、中新	090-2123-3490
三澤 幸雄	足洗	86-3276 090-1316-8312
磯野 順一	足洗新町	86-1968
大森 秀子	本江	86-0402
中川由紀子	七美中野	86-3337
中田 良子	八島、七美野寺	86-0550
野崎未弥子	穴場、二丁目	86-1557
関原 洋子	柳瀬新、柳瀬、二十六町	86-0467
鈴木 公平	主任児童委員	86-0476

小杉地区		
氏名	担当区域	電話番号
三ヶ・大江		
片原 忠夫	水上、西町、住吉町	55-3804
大門 晴男	水源町、上新町	55-3917
上村 トモ	伊勢領1区・2区	56-1383
島田 正俊	伊勢領3区・4区	56-1938
池松 厚子	一番町、夢美野	56-9317
野尻 康子	錦町、初音町、本中町、常盤町	55-0653
稲垣 俊之	田町、新三ヶ	55-2193
山下 昌代	高寺、愛宕	55-4033
串田志津代	白銀町、新富町、諏訪町	55-1058
笹川 幸子	大江	55-3133
村上 勉	小杉白石	55-1463
竹内千鶴子	西高木	55-3723
高野まさ子	稲積	55-2923
河岸 芳美	鷺塚	55-0664
上田 秀永	主任児童委員	55-0157
戸破		
竹腰 久男	手崎	55-3147

「民生委員・児童委員」

問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625 FAX51-6657

(令和2年4月1日現在、敬称略)

森田ひとみ	手崎、針原	55-1230
結城 宗義	西桶町、乗舟町	55-0198
瀬木 昭博	中央通り1丁目・2丁目、高穂町	56-6533
岡田 順子	中央通り3丁目、神川町、昭通町	55-1081
出口 理香	新町、荒町、木舟町、中町、茶屋町、さくら町	55-2069
石本 光男	北手崎、江上、平成町	090-3767-6345
梶川 正和	末永町、鍛冶屋橋	55-0744
深川 鉄夫	若葉町、南通り	56-3406
新村 勇	栄町、新栄町	56-5050
中西 脩	元町	56-0674
山崎久未子	宝町、元町	56-5441
倉田 英介	若宮町、いぶき野町	55-0415
倉橋 善子	主任児童委員	55-0279
金山・黒河・池多		
前坪 孝	青井谷、宿屋	56-2463
金山 肇	上野、平野	56-1588
滝沢 卓	野手	090-4324-3796
西田 康子	浄土寺	56-3443
鈴木 紀子	黒河一区	56-4776
大垣 明美	黒河二区	56-2193
福田 政子	黒河三区	56-2306
黒田 京子	黒河四区	56-2285
齊田 博美	黒河五区(塚越)・六区(新星町)	56-2206
宮原 正	黒河七区(東太閤山)	56-4060
熊本 秋美	権土、小杉北野	56-2635
坪田ちよみ	山本新、土代、太閤山東(県住)	56-1827
野 明江	主任児童委員	56-1051
亀田 倫子	主任児童委員	56-5840
橋下条・太閤山		
本居謙二郎	赤田、下条新	56-4626
山内 茂治	二ノ井	56-1915
児玉 恵子	五歩一、大白	56-0707
武田三恵子	一条東、一条西	56-1002
日高 裕史	太閤山1丁目	090-8966-3204
岩井 洋子	千成ヶ丘第1・第3・第4(県住1~28)	090-2099-9843
菅 文雄	太閤山3・4丁目	56-2963
長谷小八朗	太閤山5・6丁目	090-2030-9595
津田 昭夫	太閤山7・8丁目	56-4584
多比木 実	太閤町、太閤山9丁目	56-6712
石井 末子	千成ヶ丘第6(県住37~40、45~47)	090-4321-1480
竹内 千春	駅南通り1丁目、千成ヶ丘第7(県住32~35、41~44)	56-2880
幸 順次	主任児童委員	50-8242
中太閤山・南太閤山		
藤橋 道	中太閤山2・14丁目(県住62~64)	56-0440
津本 京子	中太閤山3・10丁目	56-0173
辻堂 清	中太閤山4・5丁目	56-5022
山崎 依子	中太閤山6・7丁目	56-2555
堀川 克子	中太閤山8・9・18丁目	56-0865
吉村 仁司	中太閤山12丁目・中太閤山13丁目(県住55~61、69)	56-9985
荒井 陽子	中太閤山13丁目・14丁目(県住65~68)	56-6477
古川 善弘	中太閤山15・16・17丁目	56-4737
楠井 悦子	南太閤山1・2・3丁目	56-5088
関原由紀子	南太閤山4・5丁目	56-0143
八島 浩二	南太閤山6・7丁目	56-3054
野開 良三	南太閤山8・9丁目	56-3943
藤澤喜久子	南太閤山10・11丁目	56-4388
家城 昭博	南太閤山12・13丁目	56-7208
服部 良三	南太閤山14・15丁目	56-1490
柴田 淳子	主任児童委員	56-1630

大門地区		
氏名	担当区域	電話番号
浅井		
多田 省吾	広上、西広上	52-1269

宮村 健壯	上条、上条団地	52-1081
藤田 武宣	下条、堀内、島	52-2757
寺井 祐澄	土合	52-3407
竹内 春樹	土合北部	52-5244
長谷 秀信	ほたる野	52-4814
櫛田		
山崎 京子	本村、西村	54-1551
山田 明彦	小泉、牧田	52-1672
土合みつる	荒町、松原	53-1654
土塚 守	布目沢、円池	54-1288
本郷 孝秀	宮新田、山ノ谷、新田、大久保、竹原、梅ノ木	54-1392
水戸田		
藤井 剛	生源寺	54-1319
西谷 清	水戸田	53-1553
萩原 保子	若林、市井、開口、竹鼻、藤巻、藤巻南	54-1628
二口		
木倉 明美	大門本江、中村、柳町	52-1800
中出むつ子	棚田、安吉、本田、下若	52-2357
中村 雅一	二口1・6・13・14・17班	52-1251
青木 喜隆	二口2・3・4・7・12班	52-5281
二瀬 保邦	二口5・8・9・10・11・15・16班	52-3235
板谷 龍二	二口南	52-3628
丸山 國昭	あおば台	52-6679
大門		
番留麻衣子	枇杷首	52-0331
安田 武	倉町、西町、庄和町	52-0549
安元 恵子	中町、錦町	52-0278
大木 優子	田町、雄神町、文京町	52-1442
藤川 直美	旭町、栄町	52-0106
津田 和幸	幸町、雇用促進住宅	52-4193
石黒 成子	緑ヶ丘	52-1743
大門地区全域		
夏野 仁美	主任児童委員	52-2675
岡野 登	主任児童委員	52-6554

大島地区		
氏名	担当区域	電話番号
森田 信子	今開発、本開発	55-0312
森田 瑞江	新開発	52-0289
中川 紀子	赤井	52-0587
国奥美佐子	土田、赤井の一部	52-4603
石丸 裕子	小林	52-0298
宮脇 春美	鳥取、北高木、南高木	52-1493
森腰 正弘	八塚	52-0349
鷺塚 穂子	小島一区	54-6769
金谷美紀子	小島二区	52-3883
滝沢 良克	小島三区	090-3764-6260
春日 佑治	小島四区	52-3010
村上 陽子	中野	52-1168
中村 洋子	若杉	52-2472
田中比呂美	常盤町	52-0547
松波 成美	大島北野	52-2242
杉本 敏	西園、中野社宅、さくら台	52-7058
安藤 繁	新町、新富町、三島野	52-0647
小島 恵	主任児童委員	52-6676
清水 久義	主任児童委員	52-3719

下地区		
氏名	担当区域	電話番号
若木 睦美	白石16・22区、倉垣小杉20区	59-2320
中川智恵子	加茂6・7区、下村三箇8・9・10・11区	59-2350
梅尾 啓子	加茂1・2・3・4・5区	59-2404
石川 彰子	白石12・13・14・15・21区	59-2221
近藤小夜子	摺出寺17・18区、八講19区、加茂23区	59-2146
竹苗 典子	主任児童委員	59-2124

第2期射水市子ども・子育て支援事業計画を策定しました

これまでの子ども・子育て支援に係る3つの計画（子ども・子育て支援事業計画、第2次子どもに関する施策推進計画、子どもの未来応援計画）の基本的な考え方などを集約し、引き続き、子どもの健やかな育ちと保護者の子育てを社会全体で支援する環境を整備していくための施策を推進します。
 （計画期間：令和2年度～令和6年度）

基本理念

つなごう 広げよう 子育ての輪
 親子の笑顔があふれるまち射水市
 ～子どもたちの輝く未来のために～

基本目標

- NEW 1 子どもの権利保護の推進**
 子ども条例に基づく「子どもの権利」の普及・啓発や「体罰等によらない子育て※」の周知、子どもの悩み総合相談室等の相談体制の充実 など
- 2 幼児教育・保育環境の整備**
 様々な保護者ニーズに対応した幼児教育・保育量の拡充と質の向上 など
- 3 保護者への支援体制の整備**
 ファミリーサポートセンターや子育て支援センター等の充実 など
- 4 支援が必要な子ども・家庭への支援**
 ひとり親家庭や障がいのある子に対する関係機関と連携した支援 など

- NEW 5 要保護児童への対応などきめ細かな取組みの推進**
 家庭児童相談員等による相談・支援体制の充実、児童相談所や警察等の関係機関との情報共有・連携 など
- 6 親と子の健康づくりの充実**
 子ども子育て総合支援センター（キッズポートいみず）を拠点とした相談・支援体制の充実 など
- 7 仕事と子育ての両立支援**
 ワーク・ライフ・バランスの推進 など

※「しつけ」と称した体罰の禁止が法定化されました

児童福祉法等の一部改正により、保護者等による体罰禁止が明文化され、本年4月から施行されました。これにより、たとえ「しつけ」のためだとしても、子どもの身体に何らかの苦痛や不快感を引き起こす行為は、どんなに軽いものであっても体罰に該当し、法律で禁止されます。今後、保護者の方へ保育園や学校等の関係機関を通じて、体罰禁止に関する考え方や体罰の範囲、子どもとの接し方などについてお知らせします。

問合せ先 子育て支援課 ☎51-6629

第2次射水市健康増進プランを策定しました

全ての市民が生涯にわたって健やかでこころ豊かに生活していくためには、市民一人ひとりが健康づくりに取り組み、それを社会全体で支援することが重要です。これまでの現状と評価をふまえ、健康づくりを推進する行動計画を策定しました。一人ひとりが健康づくりを実践し、「健康寿命の延伸」を目指しましょう。

<射水市の健康課題>

- 三大生活習慣病（がん・心疾患・脳血管疾患）による死亡が多い。
- 働き盛り世代は、がんで死亡する割合が高い。
- 糖尿病の有所見者（HbA1c 5.6%以上）は7割以上



一人ひとりが健康づくりを実践するため、8つの行動目標を作りました

Let's トライ! IMIZUSHI 健康8 ^{イト} ~8つの行動目標で健康寿命をのばそう~

射水市「I M I Z U S H I」の8つの頭文字から始まる行動目標です。

I **1日5皿の野菜料理で**
いみずのACEをねらえ!

野菜には、ビタミンA,C,Eや食物繊維が豊富です。野菜たっぷりの食事が生活習慣病を防ぎます！野菜から食べ始めると、血糖値の上昇も緩やかに。

M **目指そう いつもの生活に+10の運動を!**

運動は、糖尿病や循環器疾患、がん、うつ、認知症の発症予防にも効果的！いつもの生活に、プラス10分の運動をしましょう！※10分の歩行は約1,000歩

I **いいね 禁煙！**
なくそう受動喫煙!

喫煙はがんや循環器疾患、慢性閉塞性肺疾患（COPD）等のリスクを高めます。禁煙は生活習慣病予防に最も効果的！

Z **ずっと自分の歯で**
定期的に歯科健診を!

「かむ」ことは歯と体にいいことがいっぱい！いつまでもおいしく食べ続けるために…日々の歯のお手入れを!

U **受けよう！**
がん検診・特定健診
活かそう！けんしん結果

がんの早期発見のため、定期的に受けましょう。特定健診も必ず受けましょう。保健指導の案内が届いたら、生活習慣改善のチャンス！

S **睡眠十分**
心も体も健やかに

睡眠不足は肥満、高血圧、糖尿病、認知症の原因に！十分な睡眠時間と質の確保が大切です！

H **広げよう！つながろう！**
支えあう地域の輪

支えあう地域づくりが、一人ひとりの健康づくりを後押しします。地域の行事やボランティア活動に積極的に参加しましょう。

I **飲酒は適量守って**
百薬の長

男性は1日1合、女性はその半分が適量です！週に2日は休肝日を作ってお酒を楽しみましょう。



問合せ先 保健センター ☎52-7070

◆2020年6月20日（水）の読書週間
 期間 4月23日（水）～5月12日（火）
 標語 「出会えたね」とびっせりの一冊で

【図書企画展示】
 ○「ともだちはみんなだ〜いすき」展
 加木久兵衛からの二百年
 中島 俊夫

【児童書・絵本】
 紙ひこうき、きみへ
 ドーナツの歩道橋
 かふんとみつ
 ヒグマ
 飯野 純子
 竹田津 和好
 野中 柊
 石原慎太郎

【エッセイ】
 いかがなものか
 老いてこそ生き甲斐
 群 ようこ

【一般図書】
 食材保存大全
 人生を一冊でふりかえる手作りアルバム
 画家とモデル
 沼津 りえ
 藤井千代江
 中野 京子

みんなの図書館

中央図書館 ☎57-4646	正力図書館 ☎52-5273
新湊図書館 ☎82-8410	下村図書館 ☎59-2303

新着図書ピックアップ
 図書館のホームページで新着情報が確認できます

◆イベント
 ○「水無月コンサート」
 日時 6月6日（出）
 午後5時15分～6時まで
 会場 中央図書館
 内容 朗読・絵本とサックスのコラボレーション
 入場無料

○「わらべうたがいっぱい」展
 会場 下村図書館
 ※新湊・正力・下村各図書館
 展示期間 5月12日（火）まで

○「M O E 絵本屋さん大賞」展
 会場 正力図書館

○「幼児・小学生向け特集コーナー」
 会場 新湊図書館

5月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

開館時間 平日 9:30～18:30
 全館休館日 土日祝 9:30～17:00

会場 新湊図書館
 期間 5月14日（水）～5月31日（日）
 主催 射水市中央図書館
 共催 ボランティアしおりの会 中央図書館

【推奨図書展示】
 ○「一層について」 (一般書)
 ○「だいすきお母さん! お父さん大活躍」 (児童書)



ソケイヘルニアについて

市民病院 コラム



外科部長 大村 哲也

ソケイヘルニアは脱腸とも呼ばれ、下腹部の足の付け根辺りが膨らむ病気です。放置すると段々大きくなり、筋肉の膜が裂けてできた穴から腸などの内臓が飛び出します。体の表面から見ると膨らんで見えるのはこのため、飛び出した内臓が戻ると表面上は平たくなりますが、飛び出した部分には内臓の通り道ができており自然に治ることはありません。

お腹に力を入れる機会や立っていることが多い人に起こりやすく、肥満や妊娠なども誘因とされています。体の表面から圧迫するベルトは抑えるだけで治療にならず、場合によっては飛び出した内臓を傷

つけてしまいお勧めはできません。ソケイヘルニアの治療は外科で行い、飛び出した臓器をお腹の中へ戻し、その穴を塞ぐ治療となります。従来は筋肉を縫い合わせて治す方法が主流でしたが再発が多く痛みも強い為、現在では人工のメッシュを用いて修復する方法が主流です。嵌頓と言って、飛び出した内臓が戻らなくなり血の流れが悪くなると内臓が腐敗し、かなり強い痛みを伴い、治療が遅れると致命的になります。膨らむと同時に違和感や痛み、戻らない等の場合は早めに医療機関を受診してください。

(日本ヘルニア学会ホームページより抜粋)

人間ドックのご案内

当院では、皆さんの健康増進・病気予防のため、人間ドックを行っています。国民健康保険や後期高齢者医療保険の場合、毎年4月から1日コースや脳ドックなどの助成制度があります。全身チェックしてみませんか。

問合せ・予約先 健康管理センター ☎82-8100 (代表)



知っ得情報!

消費生活 第74回

～知らないと怖い! ネットトラブル～

だまされないうで! 悪質な通販サイトに注意!

便利なインターネット通販ですが、「お金を払ったのに商品が届かない」「セモノが届いた」「連絡が取れなくなった」など詐欺的サイトによるトラブルが多数発生しています。このようなトラブルを防ぐための注意点を説明します。



ポイント

- ① 所在地や連絡先(電話番号)、利用者の評価など事業者の情報をしっかりと確認しましょう。
 - ② 一般に流通している価格よりも大幅に安く販売されている場合は、購入する商品がセモノではないか十分に注意しましょう。
 - ③ 支払い方法が銀行振り込みの場合、サイト運営者と口座名義人が同一であるか確認し、できればカード支払いや代金引換など決済手段が複数用意されている販売店を選ぶようにしましょう。
 - ④ キャンセル・返品条件・利用規約は必ず確認しましょう。
- ※不安に思った時やトラブルになった場合は消費生活センターにご相談ください。

問合せ先

射水市消費生活センター(生活安全課内)
月～金曜日 午前9時～午後4時 ☎52-7974
富山県消費生活センター高岡支所
(高岡市赤祖父2-1-1高岡総合庁舎5階)
月～金曜日 午前8時30分～午後5時 ☎25-2777
消費者ホットライン ☎188



年金 納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除(全額免除・一部納付)・納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めたときよりも老齢基礎年金の受取り額が少なくなります。

これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であればさかのぼって納めることができます(追納)。ただし、免除等の承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納すると、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。追納のお申込みは市役所またはお近くの年金事務所でお願ひします。

令和2年度に追納する場合の額

年度	当時の保険料額	追納額(加算後の金額)
平成22年度の月分	15,100円	15,550円
平成23年度の月分	15,020円	15,340円
平成24年度の月分	14,980円	15,190円
平成25年度の月分	15,040円	15,160円
平成26年度の月分	15,250円	15,310円
平成27年度の月分	15,590円	15,640円
平成28年度の月分	16,260円	16,290円
平成29年度の月分	16,490円	16,510円
平成30年度の月分	16,340円	16,340円
令和元年度の月分	16,410円	16,410円

加算額は、ありません。



★出張年金相談★

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、出張年金相談は当面の間、中止となります。再開時期は未定です。詳細は高岡年金事務所にお問合せください。(音声案内は②番→②番)

問合せ先

保険年金課 ☎51-6628
高岡年金事務所 ☎21-4180
(音声案内は②番→②番)

作り方

- ① たけのこを厚さ2mm、長さ4～5cmに切る。
- ② ハムを4～5cmの短冊切りにする。
- ③ サラダ油で、生姜と①、②を炒める。
- ④ 豆乳と鶏ガラスープ、塩、グリーンピースを加えてひと煮する。
- ⑤ Aでとろみをつけ、こしょうで味を調える。



食生活改善推進員のコメント

「片栗粉のとろみはお好みで調整してください♪」



①人分あたりの栄養価 ●エネルギー 154kcal ●塩分 2g

材料 (2人分)

- たけのこ(アク抜き済) ……100g
ハム ……2枚
生姜(薄切り) ……2枚
豆乳 ……200ml
鶏ガラスープ ……100ml
塩 ……小さじ1/3
グリーンピース(水煮) ……適量
こしょう ……少々
サラダ油 ……大さじ1
A 片栗粉 ……小さじ1
水 ……小さじ2

みなさんの声を募集します! 実際に作ってみた感想をお聞かせください。
(メール) hoken@city.imizu.lg.jp (郵送) 〒939-0241 射水市中村38 射水市保健センター宛て

食生活改善推進員の おすすめレシピ

たけのこの 豆乳あんかけ

旬のたけのこで 地産地消!

5月号 保健だより

健診・教室等の最新の情報はこちら▶ 
射水市ホームページ
「今後の母子保健事業について(お知らせ)」

●乳幼児健診、教室等の日程について

今後実施予定の母子保健事業(3~4か月児健康診査、1歳6か月児健康診査、3歳6か月児健康診査、むし歯予防教室、もうすぐパパママ教室、育児相談、もぐもぐ教室等)については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、急遽延期または中止となる場合があります。最新の情報は、市ホームページ「今後の母子保健事業について(お知らせ)」をご確認ください。(乳幼児健診の案内を既にお送りした方についても、急遽日程変更の可能性がございます。変更になった場合は、個別通知をいたします。)

お子さんの発育・発達や育児等について、個別にご相談に応じますので、ご心配なことはお気軽に保健センターまたは母子総合相談室にご相談ください。



母子総合相談室

子ども子育て総合支援センター「キッズポートいみず」3階
射水市二〇1081番地 ☎52-7408

保健師や助産師が、妊娠届出等の諸手続きや妊娠、出産、子育てに関する相談を行っています。お気軽にご相談ください。
(キッズポートいみずが閉館した場合、諸手続きは保健センターをご利用ください。閉館時も電話相談はできます)



「今後の母子保健事業について(お知らせ)」のホームページを更新した際等に射水市子育て支援アプリ「いみず子育て情報ちゃいる.com」でプッシュ配信によるお知らせをしていますので、ご利用ください。

▶子育てアプリ「ちゃいる.com」の登録方法

- ① アプリをダウンロードします
- ② 画面からアンケートを入力します
- ③ アプリ・機能設定でお知らせを「受取る」にします(こちらの設定にしなければ、お知らせは届きません)

子育てアプリ「ちゃいる.com」
ダウンロードはこちら▶ 

●休日在宅当番医・歯科医

診療時間 9:00~17:00

※都合により変更になる場合があります。
受診の際は直接医療機関に電話でご確認ください。

月日	医院・病院	歯科医	
5月3日(日)	海木クリニック(中太閤山) 【整形外科】【内】【麻酔】 ☎56-7366	白やぎ在宅クリニック(東太閤山) 【内】【外】 ☎57-1355	はしもと歯科クリニック(新片町) ☎50-8913
5月4日(月)	宮林クリニック(本町) 【内】【小児】【皮膚】 ☎84-8822	道振整形外科医院(二〇) 【整形外科】 ☎52-5699	和田歯科医院(高岡市御旅屋町) ☎25-6480
5月5日(火)	中新湊内科クリニック(中新湊) 【内】【小児】【皮膚】 ☎82-2000	レディースクリニックむらた(橋下条) 【産】【婦人】 ☎57-4141	坊歯科医院(氷見市幸町) ☎72-0909
5月6日(水)	ひのき整形外科(善光寺) 【整形外科】【内】☎84-8800	真生会富山病院(下若) 【内】【眼】【小児】 ☎52-2156	石多歯科医院(高岡市瑞穂町) ☎22-2717
5月10日(日)	赤江クリニック(堀岡) 【内】【脳神経外】 ☎86-1420	木田小児科医院(東太閤山) 【小児】 ☎57-1525	日尾歯科クリニック(高岡市上渡) ☎31-8241
5月17日(日)	麻生内科放射線科医院(中新湊) 【内】 ☎82-3710	渋谷クリニック(戸破) 【内】 ☎55-0025	福尾歯科医院(高岡市蓮花寺) ☎26-6480
5月24日(日)	矢野神経内科医院(本町) 【内】【神経内】☎82-5150	北林クリニック(戸破) 【脳外】【内】 ☎57-0008	いまむら歯科医院(高岡市宝町) ☎21-4618
5月31日(日)	越野医院(立町) 【内】 ☎82-2855	佐野内科クリニック(黒河新) 【内】【神経内】 ☎57-0811	かわなか歯科医院(高岡市下麻生) ☎36-8077

◎最新情報は射水市医師会のホームページをご活用ください。

ホームページアドレス▶▶▶ <http://imizu.weblike.jp/>

市内の医療機関の地図をはじめ、当番医などがすぐわかるよう構成されています。射水市医師会▶ 

夜間、休日のお子様の急病時には「こども医療でんわ相談 #8000」やWEBサイト「こどもの救急<http://kodomo-qq.jp/>」もご利用下さい。

●がん検診を受診される方へのお願い●

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、受診の際はマスクを着用してお越しください。発熱(37.5度以上)や風邪症状等体調に不安がある場合は、検診の受診を控えてください。
※がん検診等については、急遽延期または中止となる場合があります。最新の情報は、市ホームページをご確認ください。

令和2年度からがん検診の体制が変更になります

- 胃内視鏡検査、子宮・乳がん検診は2年に1回の受診となります。
 - 胃・子宮・乳がん検診の受診券は偶数年齢の方に発行します。
 - バリウムによる胃部エックス線検査は、希望により毎年受診可能です。
 - 受診券は年1回送付します(再通知はありません)。奇数年齢等で受診券が届かない方はご連絡ください。
- ※検診の詳細は、広報いみず4月号と同時配布した「射水市おとなの健康カレンダー」をご覧ください。

がん検診受診券は5月下旬に発送します

- 受診の際は、「受診券」「検診料金」「眼鏡(必要な方)」をお持ちください。
※検診料金が一部変更になっていますので、受診券を必ずご確認ください。
- 受診を希望される方で受診券が届かない場合(転入・退職等)はご連絡ください。

集団検診はインターネットでも予約できます

～受診券が届いてから予約しましょう～

- 受診券をお持ちの方は集団検診の予約が24時間いつでもできます。
 - 市ホームページから確認してください。
(「射水市がん検診」で検索できます)
- ▶▶▶こちらからもアクセスできます 

【がん集団検診日程(5月28日~6月10日)】

※胃・子宮・乳がん検診は予約が必要です。
受診券が届いてから予約(電話またはインターネット)しましょう。

項目	対象者	実施日	会場	受付時間
結核・肺がん検診	結核健診 : 40歳以上 肺がん検診 : 65歳以上	5月28日(木)	水戸田コミュニティセンター	13:30~14:30
		5月29日(金)	庄西コミュニティセンター	
		6月1日(月)	中太閤山コミュニティセンター	8:30~10:30
		6月2日(火)	本江コミュニティセンター	9:30~10:00
		6月2日(火)	七美コミュニティセンター	10:30~11:00
		6月2日(火)	金山コミュニティセンター	13:30~14:30
		6月3日(水)	南太閤山コミュニティセンター	8:30~10:30
		6月4日(木)	大門総合会館	9:30~10:30
		6月4日(木)	浅井コミュニティセンター	13:30~14:30
		6月5日(金)	あゆの風センター	8:30~10:30
胃がん検診(ハガキ検査)【要予約】	40歳以上	6月1日(月)	中太閤山コミュニティセンター	8:30~9:30
		6月3日(水)	南太閤山コミュニティセンター	
		6月5日(金)	あゆの風センター	
		6月8日(月)	水戸田コミュニティセンター	
子宮・乳がん検診【要予約】	子宮がん検診 : 20歳以上 乳がん検診 : 30歳以上	6月3日(水)	太閤山コミュニティセンター	13:30~14:00

令和2年度 高齢者肺炎球菌定期予防接種のお知らせ

対象の方には案内ハガキ(予防接種券)を送付しました。体調の良い時に早めに接種しましょう。

対象者 令和2年度の対象者は、次の(1)又は(2)に該当する方
(1) 令和2年度(令和3年3月31日まで)に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、及び100歳になる方
(2) 60歳から65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方

案内方法 4月末に案内ハガキ(予防接種券)を送付
・65歳になる方には初めて案内を送付
・70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、及び100歳になる方には、平成27年度の定期接種未接種の方のみ再度案内を送付

接種期間 令和2年5月1日(金)~
令和3年3月31日(水)

接種場所 市内指定医療機関(ハガキ裏面に記載)

持ち物 ・高齢者肺炎球菌予防接種券(ハガキでご案内)
・接種費用2,600円(市が費用の一部を負担後の金額)

注意事項 ・過去に、23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチンを接種された方は、定期接種の対象にはなりません。
・対象の方で接種券が届かない場合は保健センターまでお問合せください。

なくそう!望まない受動喫煙

~受動喫煙を防ぐため法律(健康増進法)が改正されました~

4月から事業所やオフィス、飲食店等多くの施設において**原則屋内禁煙**となっています。
みんながルールを守り、自分や家族、子どもたちをたばこの煙から守りましょう。



こころの健康相談 ※要予約

○専門相談員(公認心理師)による個別相談です(約1時間)。

会場	日程	予約時間
保健センター	5月15日(金)	①13:15~14:15 ②14:30~15:30
	5月27日(水)	① 9:15~10:15 ②10:30~11:30

令和2年度射水市おとなの健康カレンダーの4ページ「乳がん検診指定医療機関」の記載に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

●北陸予防医学協会高岡総合健診センターの検診日

誤	火・木曜日のみ 土曜日開催あり(月1~2回)
正	火・木曜日の午後のみ(月1回土曜日開催あり)

●乳がん検診を受ける際の注意事項記載ページ(丸枠記載)

誤	乳がん検診を受ける際は P3 の注意事項をご確認ください。
正	乳がん検診を受ける際は P2 の注意事項をご確認ください。

募集

令和2年国勢調査員

令和2年10月1日を基準日として令和2年国勢調査が実施されます。射水市では、約3万世帯、9万2千人が調査の対象で、400人以上の調査員が必要です。国勢調査員として協力していただける方を広く募集しています。

従事予定期間

8月下旬～10月下旬
 調査員報酬 おおよそ5万円
 ※国の基準による

申込期限

6月5日(金)
 指定の申込用紙に必要事項を記入の上、未来創造課まで提出してください。申込用紙は未来創造課窓口(市役所本庁舎3階)または市ホームページからダウンロードできます。

申込み・問合せ先

未来創造課
 ☎51-6614



立町市営住宅入居者

立町特定公共賃貸住宅の一部を「市営住宅」へ用途変更し、現在入居者を募集しています。

住所

立町10番20号

(あゆの風センター)

戸数

11戸

入居資格およびその他条件等については、左記へお問い合わせください。

問合せ先

(株)ホクタテ射水市営住宅管理事務所(指定管理業者)
 ☎54-6665

「健康麻将入門講座2020春」生徒

日時 毎週木曜日、午前9時30分より2時間

場所 救急薬品市民交流プラザ3階会議室

内容 初心者向け初級コース、中級コース(対局、点数計算)の2コース

参加費 1回500円

(1講座8回が目安です。テキストあり)

定員 20名

問合せ先

NPO法人健康麻将越中ひばり会(担当 川上)
 ☎090-2032-7558



児童館会計年度任用職員

募集人数 1名

勤務地 海老江児童センター

勤務時間 月曜日から土曜日

までの午前9時30分～午後6時の間でシフト制

※勤務日や勤務時間については相談に応じます。

時給 850円(保育士または教諭免許有りの場合は890円)

※期末手当あり

問合せ先 子育て支援課

☎51-6629

第64回富山県青年議会青年議員

対象者 市内在住の18歳から40歳までの方

実施期間(予定) 7月6日(月) 開会式、組織議会など

8月8日(土) 合同学習会

11月18日(水) 本会議、閉会式

応募締切 6月3日(水)

申込み・問合せ先

生涯学習・スポーツ課

☎51-6637

児童募集(ひとり親家庭等学習支援ボランティア事業)

射水市母子寡婦福祉連合会では、市から委託を受けて、ひとり親家庭等の子どもたち



ふくたんエンジョイエクササイズ参加者

～心と体の健康促進～

介護予防・認知症予防・転倒予防等に繋がるプログラムを実施します。知識の習得と実践で健康長寿を目指しましょう。

日時 ①第3木曜日(毎月) 午後1時30分～2時30分

②①の他に月1回

開催日時などは、お問い合わせください。

場所 富山福祉短期大学Uホールなど

対象者 市内在住の65歳以上の方

参加費 500円(1回)

申込み・問合せ先

富山福祉短期大学小川研究室 NPO法人笑顔スポーツ学園

☎070-4429-6171

「ポケットサロン小杉」参加者

スマートフォンを活用した健康づくり

スマートフォン等を使って睡眠、血圧等を24時間記録し、自分の健康管理を行う教室です。健康づくりと仲間づくりを楽しみましょう。

対象者 市内在住の65歳以上の方

日時 月1回(開催日などはお問い合わせ下さい。)

場所 浦山学園USP

参加費 無料

申込み・問合せ先

浦山学園 地域共創推進室

☎55-5567

案内

射水市シルバー人材センター入会説明会

日時 5月12日(火) 午前10時～

5月19日(火) 午前9時30分～

場所 新湊コミュニティセンター

②射水市シルバー人材センター

対象者 健康で働く意欲のある60歳以上の方

申込み・問合せ先

射水市シルバー人材センター

☎55-8817

防災行政無線などによる情報伝達試験

消防庁の全国瞬時警報システム(Jアラート)から発信される情報を伝達する試験です。実災害等が発生した場合

は中止となります。

日時 5月20日(水) 午前11時

伝達方法

市内全ての屋外拡声子局

のため学習支援を行っています。

募集人員 5名

内容 元小学校の先生や講師の先生による個々の学習ペースに合わせた学習支援

対象者 小学校4年～6年生

開催場所 新湊コミュニティセンター

開催日時 土曜日 午後2時～午後4時

募集期間 随時

※定員になり次第締め切り

申込み・問合せ先

子育て支援課

☎51-6629

高齢者ふれあい健康農園を利用しませんか

対象者 市内在住のおおむね65歳以上の方(二世帯に一区画)

使用期間 令和3年3月10日(水)まで

場所 第一農園(南太閤山16丁目地内)残り30区画

第二農園(太閤山1丁目地内)残り2区画

※先着順となりますので、区画の空きがなくなり次第、募集を終了します。

申込み・問合せ先

小杉ふれあいセンター

☎56-4080

とやま呉西圏域連携事業

メッセナゴヤ2020出展者募集

富山県呉西圏域(高岡・射水・氷見・砺波・小矢部・南砺)のブースに、圏域内の企業等が一堂に出展することにより、その魅力をより強くPRし、ビジネスマッチングを図ることを目的に、6市共同でメッセナゴヤ2020に出展します。

参加資格

市内に本社または主たる事業所を有する中小企業者

参加費

- ・基礎小間料は市で負担(無料)
- ・装飾等追加費用は事業者負担

募集事業者数

6社(圏域全体で20社)

申込方法

5月22日(金)まで、「参加申込書」を射水市商工業立地課へ提出してください。

※「参加申込書」は市のホームページよりダウンロードできるほか、射水市商工業立地課、射水商工会議所・射水市商工会の窓口でも入手できます。

※新型コロナウイルス感染症の収束状況によっては、展示会自体が中止になる可能性があります。

問合せ先 射水市商工業立地課 ☎51-6675



メッセナゴヤ2020の概要

日本最大級の異業種交流展示会! 自社の自慢の製品・技術・サービスをPRする絶好の機会です!

開催日

11月4日(水)～7日(土)

開催場所

ポートメッセなごや (愛知県名古屋港区金城ふ頭2丁目2)

昨年度開催実績

出展者 1,442社
 来場者 62,422名

ホームページ

http://www.messenagoya.jp

令和2年度 とやま呉西圏域健康ポイントサービス事業

健康づくりに取り組みポイントをためた方に
 抽選で6市の特産品や健康グッズをプレゼントします!

対象者 高岡市、射水市、氷見市、砺波市、小矢部市、南砺市に居住する18歳以上の方

応募コース ※お一人様1回のみのお応募となります

- ・がんばるコース(200ポイント以上) 特産品
- ・きっかけづくりコース(100ポイント以上) 健康グッズ

下記の①～④のうち2つ以上に取り組み、必要なポイントをためてご応募ください。

1 個人で取り組む健康づくりポイント

自分なりの健康づくりに取り組んで...

10ポイント

2 「からだナビ」活用ポイント

「とやま呉西圏域健康ポータルサイトからだナビ」に掲載されているキーワードを記入して...

10ポイント

3 健診・検診受けますポイント

今年度の各種検診(健診)の受診日を記入して...

10ポイント

4 健康イベント参加ポイント

各市で開催される対象イベントに参加して...

10ポイント

応募方法

保健センターやイベント会場配布する応募ハガキに必要事項を記入し、保健センターへ郵送またはご持参ください。

応募締切

令和3年3月1日(月)必着
 こちらからも応募できます



問合せ先 保健センター ☎52-7070

ご寄附ありがとうございます

●川原 ヤイ子 様
 700万円

●ワイケイホーム株式会社
 代表取締役 米山 幸男 様
 100万円

●アイシン軽金属株式会社
 代表取締役社長 中村 隆次 様
 庁用自動車 1台
 (電動式車椅子用スロープ等付属)

●エーザイ株式会社(東京都文京区)
 執行役 内藤 景介 様
 ・抗菌スプレー 3本
 ・ビタミンドリンク剤 300本
 ・ハンドクリーム 300個
 ・マスク 100枚

●コストコホールセールジャパン株式会社
 代表取締役 ケン・テリオ 様
 マスク16,000枚



いみず観光大使 募集中!

射水市のことが大好きな方、射水市の魅力をPRしてみませんか。県内外のイベントや観光キャンペーンなどで活動していただきます。笑顔で明るく積極的にPRしていただける方のご応募をお待ちしています。

- 募集人数** 2名
- 募集要件** 満18歳以上で富山県内在住の方(高校生を除く、既婚・未婚は問いません)
- 募集期限** 5月20日(水) ※当日消印有効
- 活動期間** 任命日から原則2年間
- その他** 副賞は3万円の旅行券
※詳細は射水市公式観光サイト「きららか射水観光NAVI」をご覧ください。

問合せ先
(一社)射水市観光協会 ☎84-4649



市政出前講座事業を 休止します

新型コロナウイルス感染拡大の状況を踏まえ、当分の間、事業を休止します。なお、再開の目途が立ち次第、市ホームページや広報いみず等でお知らせします。

問合せ先
未来創造課 ☎51-6614

お詫びと訂正
広報いみず4月号5ページに誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。
【正】 ひきこもり支援対策事業 197万円
【誤】 ひきこもり支援対策事業 1,971万円

各施設の催物

- ◆小杉ふれあいセンター ☎56-4080
南太閤山17丁目1番地
催物開始時間13:00~
5月11日(月) 機×ロミュージックフレンド
20日(水) 劇団「つくし」
- ◆大門コミュニティセンター ☎53-1844
串田1395番地
催物開始時間13:00~
5月9日(土) あんぽんたん

がんばらない体操

やさしい動きなので、気軽に参加してみませんか?



- 日 時 5月14日(木) 午前10時~11時
- 場 所 新湊交流会館
- 対 象 者 どなたでもどうぞ
- 定 員 20名
- 受 講 料 300円
- 持 ち 物 飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装
- 申 込 期 限 開催日前日まで
- 申 込 方 法 電話受付

初めてのHIP・HOP

初めてでも大丈夫、ダンス大好き子集まれ!



- 日 時 5月16日(土) 午後3時15分~4時
- 場 所 新湊交流会館
- 対 象 者 小学生以下
- 定 員 8名
- 受 講 料 100円
- 持 ち 物 飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装
- 申 込 期 限 開催日前日まで
- 申 込 方 法 電話受付

問合せ先 新湊交流会館 ☎82-8451

リフレッシュ・ヨガ

脳や筋肉を若々しく保ち、一週間の疲れを癒しましょう。



- 日 時 5月16日(土) 午後2時~3時
- 場 所 新湊交流会館
- 対 象 者 どなたでもどうぞ
- 定 員 20名
- 受 講 料 300円
- 持 ち 物 飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装
- 申 込 期 限 開催日前日まで
- 申 込 方 法 電話受付

救急薬品市民交流プラザ 施設利用予約抽選会
日時 6月1日(月) 午前10時
抽選対象期間 11月1日(日)~12月28日(月)
※2か月間を対象とします。
問合せ先
救急薬品市民交流プラザ
☎55-1881

軽自動車税(種別割)の減免申請は6月1日(月)まで
身体障がい者、知的障がい者及び精神障がい者の方で、一定の要件に該当する場合、申請により軽自動車税(種別割)を減免します。軽自動車税(種別割)の減免を受ける

戸別受信機からの試験放送、市メール配信サービス、災害情報ポータルサイトなど 放送内容
上りチャイム
「これはJアラートのテストです。」(3回繰り返し)
「こちらは射水市です。」
下りチャイム
※国民保護ポータルサイトでは実際のサイレン音を聞くことができます。
問合せ先
総務課防災危機管理班
☎51-6632



洪水情報が緊急速報メールで発信
国が管理する神通川・庄川・小矢部川で、氾濫の危険が高まった時、緊急速報メールが自動で発信されます。メールを着信したら、雨の降り方や今の水位を「川の防災情報」で確認しましょう。
問合せ先 国土交通省
富山河川国道事務所
☎076-443-4701

野焼きは法律で禁止された行為です
廃棄物を屋外で燃やす行為(野焼き)は廃棄物の処理及び清掃に関する法律で禁止されています。野焼きは苦情の原因となるだけでなく、家屋や山林に燃え広がれば火災につながる恐れもあります。野焼きの違反は5年以下の懲役または1千万円以下の罰金になりますので絶対にやめましょう。
庭の樹木の剪定枝や刈草等は、太さ10cm以内、長さ40cm以内に切つて燃えるごみ指定



今月の納税

軽自動車税(種別割)全期
納期限 6月1日(月)

納税は口座振替が便利です!
収納対策課または最寄りの金融機関にお問い合わせください。

問合せ先
収納対策課 ☎51-6620

いみずバラ祭り
日時 5月29日(金)、30日(土)
午前10時~午後6時
場所 大阪屋ショッピングアプリオ店
内容 バラの販売、鉢バラの販売など
問合せ先 NPO法人 小島バラ会
☎090-3291-8337

菊の鉢上げ実技講習会
日時 5月31日(月)
午前10時~正午
場所 橋下条コミュニティセンター(屋外広場)
参加費 菊苗、資材とも無料
問合せ先 橋下条コミュニティセンター
☎56-0175

金沢国税不服審判所からのお知らせ

国税不服審判所は5月1日に設立50周年を迎えました

国税不服審判所とは?

- 国税不服審判所は、税務行政部内における公正な第三者的機関であり、審査請求事件を調査・審理して裁決を行います。
- 国税不服審判所の裁決は、行政部内における最終判断となります。
- 処理が迅速(原則として1年以内の処理)であり、手数料はかかりません。



問合せ先
金沢国税不服審判所
☎076-292-7880

募集 射水市地域公共交通活性化協議会委員

地域公共交通網形成計画の実施等に関することを協議します。

- 募集人数** 1名
- 任期** 委嘱の日から令和4年3月31日まで
- 会議** 年2~3回程度の予定
- 報酬** 所定の報酬費をお支払いします。
- 応募資格**
(1)市内に在住する満18歳以上(令和2年4月1日現在)の方(ただし、高校生の方は除きます。)
(2)国または地方公共団体の議員や常勤の公務員でない方
(3)射水市のほかの審議会等の委員でない方
- 応募方法** 所定の応募申込書に必要事項を記入の上、生活安全課へ提出してください(郵送、FAX、電子メール可)。応募申込書は射水市ホームページからダウンロードできます。なお希望者には申込書を郵送します。
- 応募期限** 5月29日(金)必着
※選出結果は、応募者全員に通知します。

申込・問合せ先 生活安全課 ☎51-6623



※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、催事によっては延期または中止となる可能性があります。

アイザック小杉文化ホール ラポール

●5月の休館日 7日、12日、19日、26日 ☎56-1515

ホール利用申込抽選会のご案内

6月1日(月) 10:00~
対象期間:
〈ホール〉令和3年 6月 2日(水)~ 6月30日(水)
〈研修室等〉令和2年12月 2日(水)~12月28日(月)



オスマン・サンコン&アフリカンフレンズコンサート

5月5日(火・祝)に開催を予定しておりました本公演については、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、やむを得ず中止といたしました。公演を楽しみにしておられましたお客様には、ご迷惑をおかけいたしますがご理解いただきますようお願いいたします。

現在、延期・振替公演等の調整をおこなっておりますので、詳細が決まり次第ご案内いたします。今しばらくお待ちください。

高周波文化ホール(新湊中央文化会館) ◆は共催事業です。●5月の休館日 7日、11日、18日、25日 ☎82-8400

→Pia-no-jaC← ライブ

6月27日(日)に開催を予定しておりました本公演については、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、やむを得ず中止といたしました。公演を楽しみにしておられましたお客様には、ご迷惑をおかけいたしますがご理解いただきますようお願いいたします。

現在、延期・振替公演等の調整をおこなっておりますので、詳細が決まり次第ご案内いたします。今しばらくお待ちください。

ロビーコンサート

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催中止といたしました。ご理解いただきますようお願い申し上げます。

5月17日(日) 滝沢卓(シンセサイザー)
6月14日(日) オカリナ・サウンズ・かたかご

◆しまじろうコンサート

5月14日(木) 発売開始!

「すすめ!たからのしまの だいぼうけん」

9月5日(土) ①13:00開場 13:30開演 ②16:00開場 16:30開演
入場料 全席指定 会館特別価格 3,480円

※3歳以上有料。3歳未満は保護者1名につきお子様1名まで路上鑑賞無料(座席が必要な場合は有料)。

令和2年度 射水市文化ホール友の会 会員募集中!!

(公財)射水市文化振興財団では令和2年度会員を募集します。高周波文化ホール(新湊中央文化会館)、アイザック小杉文化ホール ラポール、大門総合会館で開催する主催公演の中から**お好きな公演を選択**して鑑賞いただくものです。この機会に、ぜひご加入ください。

友の会：年会費
5,000円/1口

- 指定主催公演を1公演1枚まで、金額合計8,000円以内で何公演でもお選びいただけます。
- 公演日が近くなりましたらチケットがお手元に届きます(座席は選べません)。
- 指定主催公演のチケットが割引価格にて購入できます(窓口で会員証提示の上、指定枚数まで)。

(令和2年度指定主催公演) ※変更になる場合があります。予めご了承ください。

No.	公演名	公演日	会場	料金
1	オペラ「おしち」	8月12日(水)	新湊	3,500円
2	スギテツwith溝口肇 ~クラシックで遊ぼう~	9月21日(月・祝)	小杉	2,000円
3	半崎美子 明日を拓くコンサート2020	10月10日(土)	小杉	4,000円
4	影と光とうた物語 vol.2	12月13日(日)	大門	1,500円
5	ラポールニューイヤーコンサート2021	2021年1月10日(日)	小杉	3,000円
6	清水ミチコ トーク&ライブ	2021年3月14日(日)	新湊	3,500円
中止	オスマン・サンコン&アフリカンフレンズコンサート	振替公演等、詳細については今しばらくお待ちください		
中止	→Pia-no-jaC← ライブ	振替公演等、詳細については今しばらくお待ちください		

陶房「匠の里」

●5月の休館日 7日、12日、18日、19日、26日、27日 ☎54-1201

MY CUP & DISH

赤土もしくは黒土を使い、オリジナルの陶器のカップとお皿を作ってみませんか?楽しい食事がより味わい深いものになるでしょう。

実施日 6月10日(水)、14日(日) 料金 1,800円
時間 9:30~12:00 申込み お電話にて
定員 各10名(計20名) お申込みください。



5月の郷土陶芸作家展

小杉焼栄一窯 池上美栄子展
期間 5月15日(金)~6月8日(月)



新湊博物館

●5月の休館日 7日、12日、19日、26日 ☎83-0800



企画展「射水の城 神保の城」

期間 7月5日(日)まで
射水市内には、放生津城や日宮城などの中世城館跡があります。放生津城主は神保氏で、この地を拠点に活躍するとともに、富山城と増山城(砺波市)に深く関わりました。本展では、これらの城館について、発掘調査資料を中心に紹介します。豊臣秀吉や佐々成政らの書状からは、当時の戦の緊迫ぶりが、また、城館の出土遺物からは、武将たちが戦に明け暮れながらも茶を嗜み、中国陶磁器を愛でたことなどがうかがえます。江戸時代の測量図からは、城館のどんな姿が浮かび上がってくるのでしょうか。ぜひご覧ください。



放生津古城跡御蔵屋敷図(部分) 重要文化財 石黒信由作図 享和3(1803)年 (一財)高樹会蔵、新湊博物館保管

大島絵本館

●5月の休館日 7日、11日、18日、25日、29日 ☎52-6780



いつ来ても 孫と一緒に 入館無料! (孫とおでかけ支援事業)

ばらの香りコンサート

フルート、篠笛、箏、ハープ、ピアノが奏でる美しいハーモニー。グリム童話『ゆきしろとばらあか』の朗読もあります。ご来場の皆さんにステージのバラをプレゼント



日時 5月24日(日) 14:00~15:30
出演 吉田春代(フルート)ほか
協力 NPO法人小島バラ会
料金 大人 1,000円
3歳~高校生 400円
※チケットは大島絵本館でのみ販売。電話予約可。(グリム童話 訳/那須田淳 絵/北見葉胡 岩崎書店)

おおしま国際手づくり絵本コンクール2020作品募集

最優秀作品は書籍化(しかけの部の場合は賞金100万円)

募集期間 5月8日(金)~15日(金)必着
募集部門 一般の部、しかけの部

※作者が18歳以上(高校生を除く)
応募作品は5月23日(土)~6月7日(日)まで展示されます。



柴田ケイコ絵本原画展 講評開催中!



食いしん坊のしろくまが食べ物の中に入っていき妄想を繰り広げる絵本。想像しただけで、よだれがでちゃう。
期間 ~5月28日(日)まで
展示絵本 『おいしそうしろくま』『おべんとうしろくま』(ともにPHP研究所)

太閤山ランド

●5月の休館日 7日、12日、19日、26日 ☎56-6116



ノルディックウォーキング教室を開催!

5月16日(土)(6月13日(土)にも開催) 10:00~11:00
定員 20名 参加費 100円(保険料)
※ポール無料貸出
※雨天の場合、屋内施設で開催
初心者向けのノルディックウォーキング体験会を開催。ポールを使用することで全身を動かし、運動効果が高まります。フォームやポールの使い方など、丁寧に教えますので、気軽にご参加ください。

県民ふるさとの日 駐車場などが無料開放!

5月9日(土)・10日(日)
「県民ふるさとの日」を祝って駐車場、パレス、プラザなどの施設が無料!
※トレーン、サイクリング、ボート、バッテリーカーなどは通常料金です。

入場無料!!
ドックランも好評営業中!

海王丸パーク

●5月の定休日 7日、13日、20日、27日 ☎82-5181



総帆展帆

日程 5月24日(日)、6月14日(日) 時間 10:00~15:30
※すべての帆がひろがっている時間 11:30頃~14:00
※荒天の場合中止。当日午前8時に決定します。



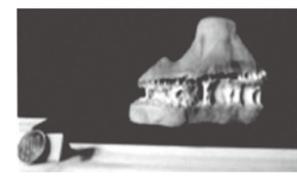
小杉展示館

●5月の休館日 7日、11日、18日、25日 ☎55-3338



「石と遊ぶ」植木寿仙

期間 5月13日(水)~24日(日)
(入館は16:30まで)



竹内源造記念館

●5月の休館日 7日、11日、18日、25日 ☎55-3288



「龍・虎 一双 鏝絵額」特別展

現代の名工 西境正明先生 作品
龍と虎が一對になった、鏝絵額の魅力をこの機会に、ぜひご覧ください。
展示期間 5月31日(日)まで



小杉中学校 生徒作品 展示中
2階 第二展示室にて



空き家活用で古民家再生協議会と協定

〈3月27日(金)〉

市と(一社)県中央古民家再生協会が「空き家等の活用に関する協定」を締結しました。市役所で行われた締結式では、空き家の予防やリフォーム、売買などの相談、空き家を活用した地域活性化に取り組むことを確認しました。同協会が自治体と協定を締結するのは県内初の事例です。



新湊・新湊西部保育園が3月末で閉園

〈3月27日(金)〉

3月末で閉園する新湊保育園と新湊西部保育園で閉園式が行われました。閉園式では、新湊保育園78年、新湊西部保育園100年の歴史を振り返り、写真のスライドショーなどで思い出の園舎に別れを告げました。4月からは両保育園が統合され、(社福)射水万葉会の認定こども園「新湊うみいろこども園」となります。

「富山湾の宝石」シロエビ漁解禁!

〈4月1日(水)〉

富山湾に春の訪れを告げるシロエビ漁が新湊漁港で始まり、昨年より3割多い約2,800キロが水揚げされました。仲介人に競り落とされたシロエビは、県内のスーパーや飲食店に出荷されました。漁は6～8月に最盛期を迎え、11月末まで続きます。



ネーミングライツ等に関する協定締結

小杉体育館の愛称は「ビルト・プレイズ歌の森体育館」

〈4月9日(木)〉

市と建設業の(株)ビルト・プレイズは、「小杉体育館のネーミングライツに関する協定」を締結し、同施設を「ビルト・プレイズ歌の森体育館」と命名しました。夏野市長は締結式で、「体育館はスポーツ振興拠点の一つであり、歌の森地区の知名度が高まることを期待したい」と話しました。



各種相談

●行政・人権相談 ☎51-6622

- 13:30~16:00
- 5月13日(水)、6月3日(水) 救急薬品市民交流プラザ
 - 5月14日(木)、6月11日(木) 新湊交流会館
 - 5月20日(水)、6月17日(水) 大門総合会館
 - 5月26日(火)、6月23日(火) 射水市本庁舎
 - 6月1日(月)特設人権相談 10:00~16:00 射水市本庁舎

●心配ごと相談

- 13:30~16:00
- 5月7日(木)、5月21日(木) 6月4日(木)、6月18日(木) 新湊交流会館 ☎82-8450
 - 5月19日(火) 6月2日(火)、6月16日(火) 救急薬品市民交流プラザ ☎55-5202
- ※民生委員・児童委員が相談に応じます。

●行政書士による無料相談(予約優先)

- ☎090-2833-0682、55-0682
- 5月8日(金) 13:30~15:30 新湊交流会館
 - 5月22日(金) 13:30~15:30 救急薬品市民交流プラザ

●犯罪・事故など被害に関する相談

- ☎076-413-7830
- 月曜日~金曜日 (祝祭日・年末年始を除く) 10:00~16:00 とやま被害者支援センター

●成年後見制度相談(予約優先)

- ☎51-6625
- 5月27日(水)、6月24日(水) 14:00~16:00 射水市本庁舎

●税理士の無料税務相談(要予約)

- ☎076-422-4034
- 5月21日(木) 13:00~16:00 高岡商ビル4階 相談日の1週間前の9:00から受付 ※7、10、1月は大門総合会館でも実施します。

●無料法律相談(要予約) ☎51-6615

- 5月28日(木) 13:00~16:00 射水市本庁舎 予約方法:はがきに住所、氏名、電話番号を記入し送付 定員:6名(抽選) 締切:5月14日(木)消印有効 送付先:〒939-0294 新開発410番地1 総務課5月分 無料法律相談係
- ※市内に住民票のある方に限ります。 ※当選者にはおむね締切りから1週間以内に電話で連絡します。 ※同じ方からの相談は各年度1回までとなります。

●もの忘れ・認知症相談 ☎51-6625

- 6月11日(木) 射水市民病院 10:00~11:30

●認知症カフェ

- 6月4日(木) 13:30~15:30 太閤の杜内 ☎56-8727
- 6月11日(木) 14:30~16:30 真生会富山病院内 ☎52-1556
- 6月13日(土) 14:00~16:00 大江苑内 ☎55-8888
- 6月20日(土) 13:30~16:30 射水万葉苑 ☎84-5678

●女性のための無料相談 ☎51-6622

- (パートナーや子どもとの関係など)
- 5月13日(水)、6月10日(水) 10:00~15:00
 - 5月27日(水) 13:00~17:00
- ※女性専門相談員が対応します。 ※完全予約制、事前にお電話ください。 ※相談時間は50分です。

●消費生活相談 ☎52-7974

- 月曜日~金曜日(祝日を除く) 9:00~16:00 射水市本庁舎

●住宅相談

- (耐震補強やリフォーム工事の相談など)
- 5月17日(日) 10:00~15:00 射水建築会館 ☎55-1298
 - 5月17日(日) 10:00~15:00 カモン新湊ショッピングセンター ☎82-4511

●家庭児童・母子父子相談 ☎51-6671

- 月曜日~金曜日(祝日を除く) 9:00~17:00 射水市本庁舎

●子どもの悩み総合相談

- ☎FAX 52-3122
- 月曜日~金曜日(祝日を除く) 9:00~17:00 射水市子ども子育て総合支援センター1階 kodomo-soudan@city.imizu. toyama.jp

●精神科医・心理士による子ども相談

- ☎55-2799
- 子どもの権利支援センター (来所相談のみ・要予約)
- 第1水曜日(祝日を除く) 14:00~17:00
 - 第2月曜日、第3・第4・第5水曜日(祝日を除く) 15:00~16:30

●教育相談(要予約) ☎82-1678

- 火曜日、木曜日(祝日を除く) 13:00~17:00 教育センター教育相談室

●障がいに関する相談

- 地域活動支援センター(市内4か所)
- 月曜日~金曜日(祝日を除く) 9:00~17:00
 - あいネットいみず ☎86-8522
 - ふらっと ☎56-6661
 - つどい ☎55-4110
 - むげん ☎52-1737
- 月曜日~土曜日(祝日を除く)

5月の 休日窓口



マイナンバーカード交付、印鑑登録実施日(月1回)	5月24日
証明書交付窓口(月2回実施)	(注) 5月10日、24日

時間/8:30~12:30
場所/射水市本庁舎1階市民課

「印鑑登録」「マイナンバーカード交付」ができます。マイナンバーカードの受取りの際は、交付通知書(ハガキ)に記載の必要書類を持参してください。

「証明書交付」で取得できる証明書は、下記のとおりです。

- ・住民票の写し(現在住民票のみ)の交付
 - ・印鑑登録証明書の交付
 - ・戸籍謄本・抄本(現在戸籍のみ)の交付
 - ・戸籍附票の写し(現在戸籍附票のみ)の交付
 - ・所得証明書、所得課税証明書の交付(直近のもののみ)の交付
- (注)5月24日は、戸籍システムのメンテナンスのため交付できません。

問合せ先

〈住民票・印鑑登録・戸籍など〉 市民課 ☎51-6621
〈所得証明など〉 課税課 ☎51-6618





いみずの人 なかま

vol. 167

母とふたりで健康促進ボランティア活動

林 美智子さん
初美さん

ピアノ講師・演奏者の林美智子さんはコミュニティセンター、公民館、介護予防教室、高齢者施設などで60代以上の方を対象にボランティア活動を行っています。数年前に身内を亡くし、落ち込んでいた母・初美さんを元気づけるために始めた活動は約1年を迎えます。

とが怖くて会話を避けていた時期があり、声を出さないと表情まで弱々しくなることを身をもって実感しました。ボランティアを通じて健康と元気の源を築きたいという強い思いを胸に、笑顔・楽しさ・嬉しさ・喜びを届けるため、母と二人のボランティア活動は続きます。

訪問先では童謡、唱歌、演歌、懐メロ、民謡を歌ったり朗読したりするほか、誠快醫院（東京）の鹿島田院長が考案した、横隔膜や腹横筋を鍛える「こぶし呼吸」というトレーニングを取り入れた運動を行っています。「呼吸と発声について指導をしていると、興味が無い方、笑顔が無い方、無反応な方、様々な反応をいただきます。挫けそうになる時もあります。より良いものになるよう工夫しています」



初美さん 美智子さん

市公式YouTubeチャンネルで公開中！ スポーツ宅配便特別編 「おうちでトレーニング」

問合せ先
生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637

自宅でできる簡単なトレーニングを紹介し、小中学生の運動不足を解消してもらうことを目的に公開しています。一緒にチャレンジしてみましょう！

しゃがみ逆立ち 10回



両手をしっかりと床につけながら、ジャンプしましょう。



地域おこし協力隊
窪 哲志

ケーブルテレビで放送中！

「きららか射水100歳体操」

問合せ先
地域福祉課 ☎51-6625



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、自宅で過ごす時間が長くなると「動かないこと（生活不活発病）」による健康への影響が心配です。座っている時間を減らし、自宅でできる運動を続けましょう。

「きららか射水100歳体操」放送

市内の自主グループが行っている筋力体操です。テレビを見ながら週1~2回行いましょう。体操を継続することで、日常生活動作（物を持つ・立つ・歩く）に必要な筋力をアップします。

【放送時間】 毎日15:00から
(射水ケーブルネットワーク様のご協力で放送しています。)

射水市情報番組 「テレビ広報いみず」

市の施策やサービス等を紹介する30分の番組の中で「きららか射水100歳体操」のポイントや自宅でできる運動をご紹介します。テレビを見ながら一緒に運動しましょう。

【放送時間】
毎日8:30、14:30、18:30、23:00から

もも上げ／転倒予防にも！大腰筋と腹筋を強化！



- ①背筋を伸ばし、椅子に浅く座る。
 - ②両手で椅子の座面を軽く押さえる。
 - ③両脚は肩幅くらいに開く。
 - ④4秒間かけて膝を胸に近づけ、同時に上体をかがめる。
 - ⑤4秒間かけて元に戻す。
- ※左右それぞれ10回ずつ。

頑張ろう射水！お得なクーポンで皆様を応援します！ * \(\^o^)/ *

高濃度炭酸泉&自慢の天然温泉のんびりと1日お過ごし下さい。

営業時間短縮のお知らせ
新型コロナウイルスによる感染症予防の為、営業時間を下記の通り変更させて頂いております。ご理解の程、よろしくお願い申し上げます。
◇閉館時間 24時→22時(最終受付)

お得なイベント開催中!!

月 来店ポイント2倍デー 火 来店ポイント5倍デー
水 お子様入館100円デー 金 来店ポイント3倍デー
土日 炭酸泉にて変わり湯開催
22日 夫婦割デー 26日 お風呂の日

太閤山天然温泉
太閤の湯
射水市黒河5424 TEL0766-56-2345

「弁当」一年中美味しいかき小屋 大島

かき小屋 大島
食べられる専門店

スペシャル弁当 1,800円 かきめし弁当 980円 ミックスフライ弁当 980円

弁当の注文を予約にて承っております(2時間前) 住所/射水市小島730-1 (JAいみず野大島支店隣り)
お店での食事は、前日予約にて営業しております。 (JAいみず野大島支店隣り)
上記の他にかきフライ弁当980円もあります。*金額は、税込です。TEL 090-2030-6104

応援弁当 オール700円(税込)

幕の内弁当 名水ボーク生巻焼き弁当 海老ハンバーグ弁当

豚汁 150円(税込) 持帰りOK

株式会社 道の駅新湊
レストラン営業時間/11:00~15:00
射水市鏡宮 296 TEL (0766)83-0111

タイヤプロ いみず店

キャンペーン期間 5/31日まで

最大 **45%OFF**

特典1 最大45%OFF (タイヤ4本ご購入のお客様 店頭通常価格より)

特典2 軽 四 2,200円~ 普通車 3,300円~ ※税込 ※エレメント別途

ヘッドライト磨き 2灯で1,100円!(税込)

例: ナエナジー3(低燃費タイヤ)155/65R14 *工務所
店頭通常価格 ¥37,600-¥20,680

射水市本開発字下ノ田 1152-3 (イータウン本開発中交差点より西へ300m)
TEL (0766)55-5620
営業時間/平日9:00~18:30 土日祝 10:00~17:00

太閤山天然温泉
初回入会金 通常300円を無料

※他のクーポンと併用可能です。
有効期限 2020年5月1日~31日

かき小屋 大島
1,000円以上お買上げの方
かきフライ1個
又は
ハンドメイドマスク1枚

※このクーポンをご持参の方。
有効期限 2020年5月1日~31日

株式会社 道の駅新湊
応援弁当 700円(税込)を ¥650円(税込)

※お一人様最大5個までとなります。
※このクーポン券をご持参の方。
有効期限 2020年5月1日~31日

是非この機会に
タイヤプロ いみず店
タイヤ4本ご購入の方
2,000円引き

※他のクーポンとの併用はできません。
※このクーポン券をご持参の方。
有効期限 2020年5月1日~31日

※切り取ってそれぞれのお店にご持参ください。お一人様1回1枚のご利用とさせていただきます。クーポン広告のお問合せ先 (有) アドプラン tel 076-451-0168

射水市民国際交流協会 会員募集

国際交流・国際協力の推進を図るため、各種イベントを通して外国人住民との交流を行っています。今年度は、語学講座、イングリッシュ・チャット、国際理解講座、日本文化体験交流会などを行う予定です。会員になるとイベント参加費の割引等の特典があります。みなさんも会員となって交流を深めてみませんか。



◀日本文化体験交流会 (令和元年度事業)

国際理解講座▶ ロシア編 (令和元年度事業)

年会費 個人 2,000円 団体 5,000円 法人 10,000円
申込み・問合せ先 射水市民国際交流協会
☎・FAX 52-6811 E-mail icia@bz03.plala.or.jp

あいの風とやま鉄道ファンクラブ 2020年度会員募集

入会特典 ①会員限定イベントへの招待
②「1日フリー乗車券」プレゼント
③「マリエとやま・とやマルシェ両館 共通割引券」プレゼント
④「ととやま割引券」プレゼント
⑤オリジナルグッズの割引
⑥県立文化施設、県内プロスポーツチームのチケット割引 など
※会費納入方法を「口座振替」にしてくださいと、②、③、④が通常1人1枚のところ2枚になるなど、特典がお得になります。

年会費 個人会員：1,000円
親子会員：1,500円(大人1人+子ども1人、子どもは小学生以下)
法人会員：10,000円(1口)以上

申込方法 ①ホームページの専用申込フォーム
②募集チラシ※に必要事項を記載し、FAXまたは郵送
※あいの風とやま鉄道有人駅に設置

問合せ先 あいの風とやま鉄道株式会社 ファンクラブ担当
☎076-444-1300 (平日8:30~17:15)
詳しくは、ホームページをご覧ください。

しずくの
気まぐれチャンネル♪
第4回 5月1日(金) 配信!



チャンネル登録、
お願いします!

\ follow me /



Instagramも
やっています!



射水市公式Vチューバー
市専属記者 いみず専

企業広告

ローンのご相談は **JAいみず野**

JAいみず野ローンセンター

※射水市北野1555-1
土・日曜日 ▶ 午前9時~午後4時
平日 ▶ 午前9時~午後6時
※祝日及び年末年始は休業いたします

0120-307-132

詳しくは、ホームページ **JAいみず野** をご覧ください

診療科 / 歯科・歯科口腔外科・小児歯科

道振歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:30	○	○	○	休	○	○	休
14:30~18:30	○	○	○	休	○	△ ~17:00	休

受付は18:00までです。△土曜午後は17:00までの診療となります。
※祝日のある週の木曜日は診療いたします。

〒939-0241 射水市中村116-1 TEL:0766-51-6480

ICN
いみずケーブルネットワーク
IMIZU CABLE NETWORK

射水まるごと光

光テレビ 光ネット 光でんわ

射水ケーブルネットワーク ☎0120-82-7320
射水市中央町17-1 https://www.cable.ne.jp

美しい富山県づくりに。

いつまでも
人さまにごめいわくを兼ねない
企業でありたい。

構造物解体・産業廃棄物処理・リサイクル・RC碎石・運送・製紙チップ
登録商標 床下調湿炭(萬金炭) 製造販売

金原開発株式会社
本社/射水市沖塚原134 TEL(0766)84-3333
とやまりサイクルセンター/富山市坂下新字上中島26 TEL(076)434-2271

〈企業広告募集〉問合せ先 広告代理店/樹協和総商 ☎21-0319

CHECK!! 射水市公式SNS いろいろ

フェイスブック
ムズムズくんがイベント
情報を紹介しています。

ユーチューブ
市長記者会見や「テレビいみ
ず」などの動画を投稿しています。

ツイッター
市政情報全般を発信
しています。

射水市の人口・世帯数

令和2年3月末現在の射水市住民基本台帳人口 ※()内は前月比

人口	92,689人 (-79)	(うち外国人 2,774人)
男性	45,238人 (-53)	(うち外国人 1,515人)
女性	47,451人 (-26)	(うち外国人 1,259人)
世帯数	35,809世帯(+64)	(うち外国人のみの世帯1,586世帯)