

# 広報いみず

# IMIZU

Imizu city public relations Paper

## 5月

2022 May  
No.199

いいとこ、いいもの、ギュギュッと！

巻頭

## オリバースポーツフィールド射水 (射水市フットボールセンター) オープン

4月29日(金・祝)に落成式が行われ、オリバースポーツフィールド射水がオープンしました。大規模大会や合宿誘致による交流人口の拡大など、地域全体の賑わい創出に期待が膨らみます。

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。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

## CONTENTS - 今月の主な内容 -

- 認知症の人にやさしい射水市へ ..... 4~5
- 新型コロナワクチン接種情報 ..... 6
- 射水ベイエリアで新しい乗り物を体験しよう! ..... 7
-  イーボン いみずのいいクーポン情報!! ..... 23

### 3. AIカメラ ローカル5G

試合の様子を自動で撮影し、編集できるAIカメラや、その映像を高速で配信できるローカル5Gにより、臨場感あふれる映像配信が可能です。コロナ禍において来場者が制限されるなど、会場で観戦できない場合であっても、パソコン等で試合を観戦することができます。



### 4. クラブハウス



クラブハウスは人工芝フィールド2面が見渡せるよう、中央に配置しています。2階の観覧デッキからは、いつもと違った角度からフィールドを眺めることができるほか、雄大な立山連峰や、美しい富山湾、本市のランドマークである新湊大橋を眺めることができます。

フットボールセンターは、国の地方創生拠点整備交付金、公益財団法人日本サッカー協会のサッカー施設整備助成金及び独立行政法人日本スポーツ振興センターの令和3年度スポーツ振興くじ助成金を受け、整備しました。



#### ■使用料

名称	曜日/時間	使用料 (1時間)	
		高校生以下	一般
人工芝フィールド 1面	平日 9:00~17:00	3,840円	4,800円
	平日 17:00~21:00	4,800円	6,000円
	土日祝日 8:00~21:00	6,000円	6,000円
人工芝フィールド 1/2面 (少年用1面)	平日 9:00~17:00	3,070円	3,840円
	平日 17:00~21:00	3,840円	4,800円
	土日祝日 8:00~21:00	4,800円	4,800円
屋根付き フットサル場	平日 9:00~17:00	3,840円	4,800円
	平日 17:00~21:00	4,800円	6,000円
	土日祝日 8:00~21:00	6,000円	6,000円
夜間照明 1面	21:00まで	1,200円	
夜間照明 1/2面		800円	

※施設およびAIカメラの予約・利用にあたっては事前に電話 (☎30-3311) でお問い合わせください。

# オリバースポーツフィールド射水が オープン!!

スポーツを通じた射水ベイエリアの新たな交流拠点として、オリバースポーツフィールド射水が海竜町にオープンしました。

問合せ先 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637

#### ■「オリバースポーツフィールド射水」概要

所在地 / 海竜町23番地1  
 開場時間 / 9:00~21:00 (土・日・祝日は8時から)  
 電話番号 / 30-3311  
 メール / imizu-fc@po11.canet.ne.jp  
 ホームページ / https://imizu-football.center/

JFA (日本サッカー協会) 公認人工芝フィールド2面、屋根付きフットサル場1面、クラブハウス、駐車場



### 2. 屋根付き フットサル場



冬季間の荒天や降雪を気にせずにフルシーズンで利用できます。やわらかく日光を透過する膜構造の屋根は、明るいスポーツ空間を創出します。また、フットサルのみではなく、子どもの遊び場やフィットネスなど多目的な利用もできます。

### 1. 人工芝フィールド



サッカーやラグビーなど多目的な利用が可能。少年用サッカーとして利用する場合は4面で試合ができ、夜間照明も備えています。

# 認知症の人にやさしい射水市へ



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。

## 認知機能検診を

## 受けてみませんか

軽度認知障害(MCI)は認知症の一步手前の状態です。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、**生活習慣を改善することで10〜40%は認知機能を元に戻すことができる**と言われています。軽度認知障害(MCI)を早期に発見することを目的に、認知機能検診を実施しています。あなたも受けてみませんか。

**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診断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。年度中1回のみ受診できます。

**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(尿検査、血液検査) ※②の検査は、医師が必要と認められた方に実施します。受診者全員に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、費用は自己負担となります。

**実施場所** 市内の指定医療機関(下記参照) **検診を希望する方は** 健康保険証、介護保険証を持参し、指定医療機関を受診してください。

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。)

医療機関名	住所	電話番号
矢野医院 ※要予約	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 ※要予約	下若89番地10	52-5515
太閤山病院 ※要予約	橋下条195番地	56-5460

## 認知症の人と家族が集う場「なごもっと」開催中

出会い、つながり、話して和む。自由に話したり相談したり…。その日に集まった人で「やりたい事をその日にやろう」を大切にしています。

**対象者** 市内に住所を有する認知症の人とご家族

**参加費** 無料

**開催日** 5月26日(木)、6月23日(木)、7月28日(木)、8月25日(木)、9月22日(木)、10月27日(木)、11月24日(木)、12月22日(木)、1月26日(木)、3月23日(木)

**開催時間** 14:00~15:30 お好きな時間にお越しください。

**実施場所** 救急薬品市民交流プラザ1階キッチンスタジオ

**申込み先** 地域福祉課 ☎51-6625 申込みなしの当日参加も可能です。



## 認知症サポーター養成講座を受けてみませんか

認知症についての知識や対応について学ぶ基礎講座です。

**日時・場所** ①5月31日(火)午後2時~3時30分 射水市本庁舎302、303、304会議室

②5月31日(火)午後7時~8時30分 救急薬品市民交流プラザ3階会議室1A・B

※①または②のどちらか

※場所が異なりますのでご注意ください

**対象者** 市内在住で、これまで受講したことのない方(定員40名程度)

**参加費** 無料

**内容** ・認知症に関する基礎知識

・認知症とはどのような病気か

**申込期間** 5月24日(火)まで

受講者には「オレンジちゃん缶バッジ」「認知症サポーターカード」をお渡しします。



## みまもりあい事業実施中

認知症で行方不明になった方を地域で見守りあう「みまもりあい事業」を実施しています。スマートフォンの検索アプリ「みまもりあいアプリ」と「みまもりあいステッカー」を活用し、捜索協力の輪を広げ、誰かの大切なご家族を守ります。

**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のある在宅の方

**費用** 無料(初期費用2,000円と年間利用料3,600円は市が負担)

**申込方法** 利用申請書を地域福祉課へ提出してください。申請者へ「みまもりあいステッカー」を48枚配布します。衣類や持ち物に貼ることで、行方不明になった時に、発見者から直接連絡を受け取る事ができます。

### スマートフォンの検索アプリ「みまもりあいアプリ」とは

スマートフォンで利用する無料のアプリです。みまもりあいアプリを通じて、ご家族が高齢者が行方不明になった時、指定された距離圏域にいるみまもり隊(協力者)に対して、個人情報を保護しながら捜索依頼を行います。

#### みまもりあいアプリ登録方法

App StoreやGoogle playなどで「みまもりあい」と検索。または、以下のQRコードからダウンロードを行います。



Androidの方

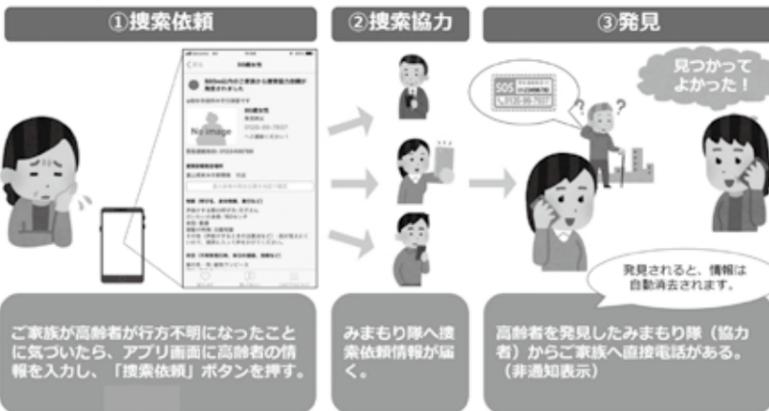


iPhoneの方



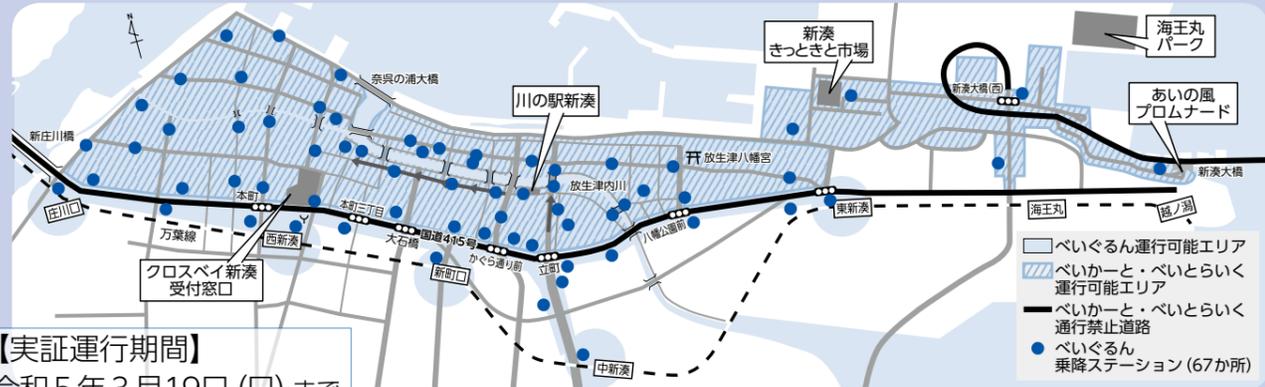
ダウンロード無料  
容量が軽いアプリです

#### みまもりあいアプリを使った捜索依頼イメージ



# 射水ベイエリアで新しい乗り物を体験しよう!

新湊地区まちづくり協議会では、射水ベイエリアにおいて新しい乗り物の実証運行を行っています。今年度は、冬季間を含む通年での運行を行います。射水ベイエリアで新しい乗り物を体験してみませんか？



【実証運行期間】  
令和5年3月19日(日)まで  
※年末年始を除く

※新湊大橋、国道415号などは通行できません(べいかーと・べいとらいいく)。※実際の交通規則に従って走行してください。

## 新たな観光モビリティ「べいかーと・べいとらいいく」

レンタルして自由に散歩！普通自動車運転免許で運転可能！  
新たに電動トライク(電動三輪バイク)が仲間入り！

- 【運行内容】  
【運行時間】9:30~17:00(7月、8月は18:00まで)  
【利用料金】べいかーと…90分3,000円、180分4,000円、1日7,000円  
べいとらいいく…90分2,000円、180分3,000円

- 【運行車両】  
電動カート「べいかーと」/4人乗り、2台、最高速度19km/h  
電動トライク「べいとらいいく」/1人乗り、2台、最高速度19km/h

【予約・受付・問合せ先】  
クロスベイ新湊1階インフォメーション  
本町二丁目10-30 ☎84-9600

グルメ・お買い物  
クーポン券(500円)付き



▲べいかーと(左) べいとらいいく(右)

## 新しい地域公共交通「べいぐるん」

運転はプロドライバーにお任せ！後席にゆったり乗車でラクラク移動！

国道415号沿線の金融機関や医療機関等を乗降場所に追加してますます便利に！  
観光向けに「おすすめコース運行(内川ぐるっと30分)」を新たに始めます！

- 【運行内容】  
①デマンド運行…運行エリア内にある67か所の乗降ステーション間を移動できます。

- 【運行時間】9:00~17:00(7月、8月は18:00まで)  
【乗車料金】1人・1回…100円 ※中学生以下、障がい者、障がい者の付添い1人は無料  
◎乗り放題フリーパス/1人・1か月…500円、  
1人・3か月…1,000円

※フリーパスは車内、クロスベイ新湊インフォメーションで購入可能  
【予約方法】電話orスマホアプリによる予約運行(7日前から30分前まで)

- ②おすすめコース運行…「日本のベニス」と称される港町風情漂う  
内川周辺をぐるっとひと巡りします。

- 【運行時間】10:00~17:00(7月、8月は18:00まで)  
【乗車料金】1人…500円(所要時間約30分)  
【予約方法】電話による予約運行

【運行車両】電気三輪自動車2台/4人乗り(運転手を除く)、最高速度19km/h  
【予約・問合せ先】海王交通(株) ☎82-6277

グルメ・お買い物  
クーポン券(100円)付き



▲べいぐるん

# 新型コロナワクチン接種



市  
ホームページ



市LINE  
公式アカウント

新型コロナ感染症の拡大防止のため、ワクチンの種類に関わらず、接種できる機会に早めの接種をご検討ください。

## ◆12~17歳の方の追加(3回目)接種が始まっています

◎追加(3回目)接種の対象になるのは、2回目のワクチン接種を終了した12歳以上の方です。  
2回目接種から6か月を経過した方へ、接種券を順次発送しています。

12~17歳の方のうち、基礎疾患がある方などの「重症化リスクが高い方」は特に接種をおすすめしています。  
接種にあたっては、あらかじめかかりつけ医などによく相談してください。

※重症化リスクが高い具体的な基礎疾患については、厚生労働省「新型コロナワクチンQ&A」をご覧ください。▶▶



◎12~17歳の方は、ファイザー社のワクチンを使用します。1・2回目の接種量と同じ量を接種します。  
18歳以上の方に用いているものと同じワクチンです。

※1・2回目に武田/モデルナ社ワクチンを受けた方も、ファイザー社ワクチンを受けられます。

## ◆小児(5歳~11歳)の新型コロナワクチン接種について

予約受付期間	接種時期	
	1回目接種	2回目接種
5月16日(月)~6月16日(木)	5月30日(月)~6月19日(日)	6月20日(月)~7月10日(日)
6月27日(月)~7月28日(木)	7月11日(月)~7月31日(日)	8月1日(月)~8月21日(日)
8月8日(月)~9月8日(木)	8月22日(月)~9月11日(日)	9月12日(月)~10月2日(日)

※接種会場は、市内指定医療機関および射水市民病院です。

※接種1回目と2回目(1回目の3週間後)の予約日は、同時に取ってください。

※他の予防接種を受ける場合は、新型コロナワクチンと2週間以上の間隔をあけてください。

新型コロナワクチン接種は強制ではありません。接種券に同封した説明書や厚生労働省のホームページを確認し、ワクチンの効果や副反応を十分理解したうえで、接種を受けるかご判断ください。

## ◆ワクチン接種後も感染防止対策を徹底しましょう

- ◎マスク着用、手指消毒など基本的な感染防止対策の徹底
- ◎複数で飲食する場合、会話時はマスク着用を徹底
- ◎仕事や旅行などで県外に往来した後や、複数人で飲食した後は、体調管理に注意
- ◎体がだるい、熱がある、のどに違和感がある等の症状がある場合は、外出や人と会うことを控え、速やかに医療機関に連絡のうえ受診を



## ◆発熱や咳など心配な症状があるときの相談先

- ①まずはかかりつけ医など、身近な医療機関に電話でご相談ください。
- ②医療機関が分からない場合は、**受診・相談センター(☎076-444-4691:24時間対応)**にご相談ください。

【問合せ先】 予約・相談窓口(コールセンター) ☎0120-600-124(フリーダイヤル) 受付/平日9:00~17:00  
新型コロナウィルスワクチン接種推進班 ☎51-6631 Fax 51-6698

# 射水市公共施設等総合管理計画を改訂しました

(計画期間/令和4年~36年度)

公共施設及びインフラ資産(道路、消雪施設、橋りょう、上・下水道)を総合的・計画的に管理するための基本方針等を示す、射水市公共施設等総合管理計画を改訂しました。

**基本目標** 次世代に過度の負担を強いることのない、  
将来を見据えた本市の規模に見合った適正な公共施設等の維持

## ◆新たに追記した主な事項

- 1 有形固定資産減価償却率(資産老朽化比率)の推移
- 2 公共施設の維持管理費
- 3 長寿命化対策等(公共施設個別施設計画等)を反映した場合の将来費用推計

【問合せ先】 資産経営課 公共施設マネジメント推進班 ☎51-6617



# サープレイ足洗温泉プレオープンしました!

「射水市足洗老人福祉センター跡地及び温泉資源活用事業」として社会福祉法人喜寿会が建設・運営する、老若男女を問わず、誰でも利用可能な温泉を備えた地域交流施設です。様々な方が「ごちゃまぜ」になって集い、居心地よく過ごせるサードプレイスになって欲しいという願いを込めて「サープレイ足洗温泉」と名付けました。第1段階として温泉をオープンし、徐々に食堂などサービス内容の拡大と営業時間を伸ばしていきます。是非お越しください!



泉質は、弱アルカリ性で、いわゆる「美肌の湯」です! 塩化物泉で高い保湿効果もあります! 低張性で湯あたりしにくいのも特徴です!  
【泉質】ナトリウム・カルシウム・塩化物泉(低張性・弱アルカリ性・低温泉)

当面の営業時間:  
14:00~21:00  
(受付は20:00まで)  
定休日:木曜日

入湯料:  
大人 500円  
小学生 300円  
未就学児 100円  
3歳未満 無料



問合せ先 サープレイ足洗温泉  
〒933-0241 射水市足洗新町1-5  
☎30-3525  
E-mail: thirplay.ashiarai@kijukai.or.jp

▼(福)喜寿会



## 足洗湯公園内にドッグランが完成



【足洗湯公園ワークショップ】(福)喜寿会主催)での、富山高等専門学校の学生などからの提案を踏まえ、足洗湯公園と隣接するサープレイ足洗温泉が一体的に利用できるよう、公園の魅力向上を目的に公園施設をリニューアルし、ドッグランが完成しました。

利用時間: 9:00~17:00  
利用料金: 無料  
利用受付: サープレイ足洗温泉  
問合せ先: 都市計画課(大島分庁舎)  
電話: 51-6680  
FAX: 51-6693  
E-mail: toshi@city.imizu.lg.jp

2022年第64回「子どもの読書週間」  
期間 4月23日(日)~5月12日(木)  
標語 「ひとみキラキラ」  
本「こぼれんぼ」

【一般図書】  
鍋木清方 図解わかる倒産のすべて 平凡社  
白銀騎士団 シェア 新星出版社  
心臓 チンギス紀13 真梨 幸子  
テウトの創業 ファズイーター 石田 芳樹  
焰ノ地 カムカムマリコ 北田 謙三  
カムカムマリコ 結城 真理子  
【児童書・絵本】  
香君上下 サムデイ デイヴィッド・レイヴィンサン 上橋菜穂子  
13枚のピンぼけ写真 キアラ・カルミナーティ  
モンスター・ホテルでろてんぶろ 柏葉 幸子  
たんぼぼのちいさいたねこちゃん なかや みわ

みんなの図書館  
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

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

5月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
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				

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

【図書の企画展示】  
こどもの読書週間  
「さがしてピンポイント」展  
かかれた本をさがせ!展  
会場 中央図書館  
【幼児・小学生向け特集コーナー】  
会場 新湊図書館  
【MOE絵本展】  
会場 正力図書館  
【野鳥を見つこう!展】  
会場 下村図書館  
【水無月コンサート】  
日時 6月4日(日)  
午後5時15分から6時まで  
会場 中央図書館  
入場無料  
バイオリンと絵本のコラボレーション  
主催 射水市中央図書館ボランティア  
共催 中央図書館  
【美しい建築(一般書)】  
「こりの本・おあさた」(児童書)  
会場 新湊図書館  
期間 5月13日(金)~5月22日(日)

# 令和4年度職員採用試験について

受験資格などの詳細は、受付期間開始に併せて公表する「募集要項」をご覧ください。



▲詳細はこちら

問合せ先  
人事課 ☎51-6613

試験区分	公表募集人員	受付期間	第1次試験実施日
上級	行政	5月17日(火) 6月3日(金)	6月19日(日) 行政(デジタル枠)および土木(経験者)は募集要項に定める期間内で実施します。
	行政(デジタル枠)		
	土木		
	土木(経験者)		
中級	保健師	7月上旬~8月下旬	9月17日(土)、18日(日)
	土木		
	保育士		
	保育士(経験者)		
初級	消防士(救急救命士)	6月下旬~7月中旬	9月18日(日)
	消防士		
	行政(障がい者)		

## 音訳ボランティア養成講座 入門コース 受講者募集

視覚に障害のある方に音声で情報を伝えるため、市の広報や図書などをCD録音する音訳ボランティア養成講座を開催します! あなたと一緒にボランティアとして活動してみませんか。

対象者 市内在住または市内勤務の方  
期間 6月24日~8月26日 毎週金曜日(全10回)  
時間 10:00~12:00  
場所 新湊交流会館2階(射水市三日曾根9番18号)  
定員 10名(定員になり次第締め切ります)  
受講料 無料  
申込締切 5月27日(金)

回	受講日	内容	講師
1	6月24日(金)		
2	7月1日(金)	◆開講式 ◆講演	富山県視覚障害者協会 会長 塘添 誠次 氏
3	7月8日(金)	◆音訳の楽しみ	I.S.K有限公司 代表取締役 市井 啓子 氏
4	7月15日(金)	◆録音図書とは	
5	7月22日(金)	◆音声表現(発声、アクセント)	音訳ボランティア あゆみの会 村口 陽子 氏
6	7月29日(金)	◆校正、調査	
7	8月5日(金)	◆配慮技術	音訳・あゆの風 青山 律子 氏
8	8月12日(金)	(写真、表)の読み	
9	8月19日(金)	◆録音機器の使い方	
10	8月26日(金)	◆閉講式	

問合せ先 射水市社会福祉協議会 ☎55-5202

## 射水市民国際交流協会 会員募集

国際交流・国際協力・多文化共生の推進を図るため、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、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。



国際理解講座(台湾編)(令和3年度事業)

年会費(一〇) 個人...2,000円、団体...5,000円、法人...10,000円

【講演会】

日時	5月28日(土) 15:00~15:40
場所	クロスベイ新湊 2階iCNホール
演題	「ボランティアと国際協力、国際交流の経験的凡人思考と行動について」
講師	(一社)ACT富山国際協力協会 代表理事 大角 利雄 氏
参加費	無料 ※どなたでも参加できます。事前の申込みは不要です。

問合せ先 射水市民国際交流協会 ☎・FAX 52-6811  
E-mail: icia@bz03.plala.or.jp



盲腸について

外科医師 木村 大輝

市民病院 コラム

一般的には盲腸と言われる、虫垂炎についてご説明します。

虫垂とは右下腹部にある盲腸から出ている細長い器官で、そこに炎症を起こしたものが虫垂炎です。小児から高齢者まで全ての年代に発症する可能性があります、10～20歳代が最も多いです。初めは胃のあたりに痛みが出現し、次第にヘソの右下に痛みが移動するのが虫垂炎の典型的な症状です。虫垂炎は軽症なイメージがありますが、治療を行わずに放っておくと虫垂に穴があいて、激しい痛みを起こす腹膜炎という状態と

なります。最悪の場合は命にかかわる病気ですので、治療をしっかり行う必要があります。治療には、①抗菌薬による保存的治療、②手術の2つの選択肢があります。若い方では手術はしたくないため、保存的治療を選択することも多いです。しかし、30%は虫垂炎を再発する可能性があり、受験や結婚式など人生の重要なイベントの直前に虫垂炎になることも少なくありません。

虫垂炎は症状が落ち着いてから2か月以上経過すると、炎症が落ち着いて手術が行いやすくなります。夏休みなどの長期休みを利用して手術することもできますので、お気軽に当院外科までお問い合わせください。



環境トピックス ～考えよう！身近な環境問題！～  
vol.1 今月のテーマ「ごみの分別も心がけましょう！」

国においては、成長戦略の柱に経済と環境の好循環を掲げ、2050年までにカーボンニュートラルの実現を目指すとしています。地球温暖化問題に対して関心が高まる中で、本市においても、カーボンニュートラルに向けた取組を推進するとともに、市民の皆さんにも環境について一緒に考えてもらうことを目的として環境に関する情報を発信していきます。第1回目は皆さんに身近な「家庭から排出されるごみの分別」についてです。

これらの状況を受け、リサイクルの大切さを再確認し、分別への理解をさらに深めてもらうことを目的に、射水市のごみ分別動画「分別を知って もったいないを減らそう」を作成し、市HPに公開しました。

循環型社会の実現を目指し、資源を正しく分別し、ごみの量を減らしていくことは、ごみ処理に必要な費用の縮減や、化石燃料の使用量の削減による地球温暖化の防止につながります。普段の意識から地球温暖化防止に努めていきましょう。

皆さんは日々の生活でどれだけのごみを出しているでしょうか。皆さんの家庭から出るごみの排出量は年々増加傾向となっており、令和2年度は一人当たり年間約389kgのごみを出しています。また、本市は他市町村に比べてプラスチックを始めとしたリサイクル可能な資源の分別割合が低い傾向にあります。

射水市ごみ分別動画 「分別を知って もったいないを減らそう」



とやま呉西圏域連携事業 メッセナゴヤ2022 出展者募集

富山県呉西圏域(高岡市・射水市・氷見市・砺波市・小矢部市・南砺市)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2022に出展します。

リアル・オンライン同時開催となりますので、両方に出展することができる事業者を募集します。

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	出展料金(基礎小間料・オンライン出展料)は市で負担(無料)※装飾など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20日(金)まで、「参加申込書」を射水市商工企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、射水市商工企業立地課、射水商工会議所・射水市商工会の窓口でも入手できます。

メッセナゴヤ2022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:リアル開催……11月16日(水)～18日(金)  
オンライン開催……11月1日(火)～30日(水)

開催場所:ポートメッセなごや 新第1展示館  
(愛知県名古屋市中区金城ふ頭)

令和3年度開催実績:出展者 840社 来場者 36,868名



HPIはこちら

問合せ先 商工企業立地課 ☎51-6675



知っ得情報!

消費生活 第86回

18・19歳が新成人に

新成人を狙った悪質商法にご注意を

令和4年4月から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられました。安易に契約を交わすとトラブルに巻き込まれる可能性があります。

若者に多い消費者トラブル

- ★副業・情報商材やマルチなどの「もっけ話」
- ★エステや美容医療などの「美容関連」

アドバイス

- ★「簡単に稼げる」と強調する広告や勧誘をつのみにしない。
- ★友人や知人から勧誘されても、必要のない契約はきっぱり断る。
- ★その場で契約・施術をしない。
- ★サービスの施術前にリスク等の説明を十分に受けて検討する。

不安なときやトラブルになった場合、早めに射水市消費生活センターへご相談ください。



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  
(高岡市御旅屋町101番地 御旅屋セリオ5F)  
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 年より

国民年金保険料の免除期間・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年度目以降に追納されると、当時の保険料額に一定の加算額が上乘せされます。

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。

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

令和4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24年度の月分	14,980円	15,220円
平成25年度の月分	15,040円	15,190円
平成26年度の月分	15,250円	15,340円
平成27年度の月分	15,590円	15,670円
平成28年度の月分	16,260円	16,330円
平成29年度の月分	16,490円	16,540円
平成30年度の月分	16,340円	16,370円
令和元年度の月分	16,410円	16,430円
令和2年度の月分	16,540円	16,540円
令和3年度の月分	16,610円	16,610円

加算額は、ありません。



# 5月号 保健だより

問合せ先  
保健センター ☎52-7070

## ●乳幼児健診、教室等の日程 会場：保健センター

安全に健診・教室を受けていただくために、人数制限や受付時間を分散し、実施しています。乳幼児健康診査、むし歯予防教室の対象の方には、詳細を個別通知します。

◎新型コロナウイルス感染症の発生状況の変化によっては、日程等を変更する場合がありますので、ご了承ください。

◎健診・教室等の最新の情報は、射水市ホームページ「母子保健事業の日程について」をご覧ください。

◎乳幼児健康診査やむし歯予防教室の日程変更を希望される方は、保健センターまでご連絡ください。

健診・教室等の最新の情報はこちら▶▶  
市ホームページ  
「母子保健事業について」

事業名	対象者	日程	受付時間	
3~4か月児健康診査	R4年1月1日生~14日生	5月10日(火)	午後実施します。混雑を避けるために受付時間を調整して、個別通知します。	
	R4年1月15日生~31日生	5月25日(水)		
	R4年2月1日生~13日生	6月7日(火)		
	R4年2月14日生~25日生	6月22日(水)		
1歳6か月児健康診査 (むし歯予防教室をあわせて実施)	R2年9月30日~10月11日生	5月12日(木)		
	R2年10月12日~25日生	5月18日(水)		
	R2年10月26日~11月5日生	6月15日(水)		
3歳6か月児健康診査 (むし歯予防教室をあわせて実施)	H30年10月28日~11月12日生	5月11日(水)		
	H30年11月13日~23日生	5月19日(木)		
	H30年11月24日~12月9日生	6月8日(水)		
むし歯予防教室 ※申込者のみ	2歳児	R2年5月生	5月20日(金)	
		R2年6月生	6月16日(木)	
	2歳6か月児	R1年11月生	5月26日(木)	
		R1年12月生	6月28日(火)	
	3歳児	R1年5月生	5月27日(金)	
		R1年6月生	6月29日(水)	
もうすぐパパママ教室 (初産の方向けの内容です)	妊婦とその夫	6月4日(土)	9:15~9:30	
もぐもぐ教室(離乳食教室) (初めて参加の方優先)	生後4~6か月児	5月31日(火)	9:45~10:00	
		6月30日(木)		
育児相談	乳幼児	5月16日(月)	<予約時間> ①9時②9時30分 ③10時④10時30分	
		6月1日(水)		

## 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。

## ●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1日(日)	富川クリニック(南太閤山) 【胃腸】【循環器】【外】【内】 ☎56-7373	麻生内科放射線科医院(中新湊) 【内】 ☎82-3710
5月3日(火)	レディースクリニックむらた(橋下条) 【産】【婦人】 ☎57-4141	後藤歯科医院(高岡市羽広) ☎22-5134
5月4日(水)	おおしまこどもクリニック(戸破) 【小児】 ☎56-7087	万葉クリニック(七美) 【内】【糖尿病内】 ☎86-8787
5月5日(木)	真生会富山病院(下若) 【内】【眼】 ☎52-2156	ひのき整形外科(善光寺) 【整形外科】【リハビリテーション】 ☎84-8800
5月8日(日)	木田小児科医院(東太閤山) 【小児】 ☎57-1525	梅崎クリニック(海老江) 【内】【放射線】【小児】 ☎86-8420
5月15日(日)	北林クリニック(戸破) 【脳外】【内】 ☎57-0008	木戸クリニック(朴木) 【内】【神経内】 ☎82-7300
5月22日(日)	渋谷クリニック(戸破) 【内】 ☎55-0025	越野医院(立町) 【内】 ☎82-2855
5月29日(日)	佐野内科クリニック(黒河新) 【内】【神経内】 ☎57-0811	島崎内科医院(小島) 【内】 ☎52-0173

◎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「子ども医療でんわ相談 #8000」やWEBサイト「子どもの救急<http://kodomo-qq.jp/>」もご利用下さい。

## コロナ禍こそ、がん検診を受けましょう!

■受診券は年1回、5月下旬に送付します。

■検診の詳細は、令和4年度射水市おとなの健康カレンダー(広報4月号同時配布)をご確認ください。

■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)はお問い合わせください。



おとなの健康カレンダー

### 集団がん検診を受診される方へ

予約が必要です。受診券が届いてから予約しましょう。

◆インターネット予約(24時間予約可能)  
がん検診の受診券をお持ちの方は、インターネットで集団がん検診の予約ができます!  
市ホームページ(「射水市がん検診」で検索)から確認してください。

◆電話予約  
保健センター ☎52-7070  
平日 8:30~17:15

※表中に記載の時間は受付時間です。30分ごとに予約を受付しますので、希望の時間をご予約ください。

### 集団がん検診日程(6月1日~6月10日) 要予約

検診日	結核・肺がん検診 (受付時間表中に記載)	胃がん検診 (受付時間表中に記載)	子宮・乳がん検診 受付時間 13:15~14:15
6/1(水)	南太閤山コミュニティセンター 8:30~10:00 浅井コミュニティセンター 13:30~14:30	南太閤山コミュニティセンター 8:30~10:00	
6/2(木)	中太閤山コミュニティセンター 8:30~10:00	中太閤山コミュニティセンター 8:30~10:00	太閤山コミュニティセンター
6/6(月)	大門総合会館 9:30~11:00 庄西コミュニティセンター 13:30~14:30		
6/7(火)	ヨシダ大島体育館 9:30~11:00 下村コミュニティセンター 13:30~14:30		
6/8(水)	大島農村環境改善センター 8:30~10:00	大島農村環境改善センター 8:30~10:00	大島農村環境改善センター
6/9(木)	本江コミュニティセンター 9:30~10:00 七美コミュニティセンター 10:30~11:00 金山コミュニティセンター 13:30~14:30		
6/10(金)		浅井コミュニティセンター 8:30~10:00	保健センター

### 新型コロナウイルス感染症拡大防止について

- ・受診の際は必ずマスクの着用を
- ・検診の最新情報は市ホームページ等で確認を(急遽中止や延期となる場合があります)

## 令和4年度 高齢者肺炎球菌定期予防接種のお知らせ

対象の方へ4月末に案内ハガキ(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。

令和4年度対象者(年齢は年度末年齢)

- 65歳になる方
- 70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、及び100歳になる方で平成29年度の定期接種で未接種の方
- 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

接種期間：令和4年5月2日(月)~令和5年3月31日(金)

接種場所：市内指定医療機関

持ち物：高齢者肺炎球菌予防接種券

接種費用：2,600円

注意事項

- ・過去に、23価肺炎球菌荚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。
- ・新型コロナワクチンを接種する場合、2週間以上の間隔をあける必要があります。

## 日本脳炎ワクチンの供給再開について

厚生労働省より、日本脳炎ワクチンの供給が見合わせられていた1社の供給が再開されたとの通知がありました。今後、ワクチンの供給は徐々に安定すると見込まれています。

令和3年度に接種をお待ちいただいた第1期追加および第2期対象者の方も、令和4年度から接種可能となりましたので、下記の接種期限内に受けてください。

◆第1期(1回目・2回目・追加)：7歳6か月の前日まで

◆第2期：13歳の誕生日の前日まで

◆特例対象者

H14.4.2~H19.4.1生まれの方：20歳の誕生日の前日まで

H21.4.2~H21.10.1生まれの方：13歳誕生日の前日まで

※令和3年度に9歳を迎えた方には、令和4年4月末に接種券・予診票・説明書を個別に郵送しました。

日本脳炎予防接種についての詳細は、市ホームページをご覧ください。



## 5月31日は世界禁煙デー

富山県オリジナル禁煙マーク

禁煙週間：5月31日~6月6日

つづけよう、受動喫煙対策!



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

いいね 禁煙!  
なくそう 受動喫煙!



募集

放課後児童クラブ支援員

○次の2学級で支援員を募集  
 しています。

子どもが大好きで、室内外  
 での遊びや見守りができる方  
 をお待ちしています。保育士  
 幼稚園・小学校等教諭の有資  
 格者は歓迎します。勤務日や  
 勤務時間については、相談に  
 応じますのでお問い合わせく  
 ださい。

問合せ先

①すこやか学級(小杉小学校区)  
 開級時間  
 平日 午後1時～6時  
 1日開級日  
 午前8時～午後6時

☎090-1393-0421

②たんぽぽ学級(大門小学校区)  
 開級時間  
 平日 午後1時～6時  
 1日開級日  
 午前8時～午後6時

☎090-8092-9136

旧北陸道アートin小杉  
 出展参加者

9月23日(金・祝)、24日(土)  
 25日(日)に催される旧北陸道  
 アートin小杉に出展参加を希  
 望される芸術作家・グループ  
 を募集しています。絵画・工  
 芸などジャンルは問いません  
 三ヶ・戸破地区の歴史ある旧  
 街道沿いの店舗や町家の空間  
 を活かしてあなたの作品を展  
 示または販売してみませ  
 んか?

申込締切 5月31日(火)

申込み・問合せ先

小杉まちづくり協議会  
 ☎55-3288

介護職員初任者  
 研修受講生

対象者

・介護職の業務への従事を希  
 望される方  
 ・家族介護やボランティアに  
 必要な知識やスキルを身に  
 つけたい方

講習期間

5月25日(水)～6月24日(金)  
 土、日を除く23日間

講習時間

午前9時～午後4時30分

申込期間 5月20日(金)まで

定員 20名 ※先着順  
 費用 受講料 55,000円

テキスト代 6,600円

※奨学金制度あり

会場 新湊交流会館他

申込み・問合せ先

(社福)射水万葉会法人本部  
 ☎82-5615

※詳細は射水万葉会ホーム

ページをご覧ください。

※修了されますと公的資格

(介護職員初任者研修課程)

が取得できます。

知的障害者支援施設  
 「いみず苑」職員

○生活支援員 5名

大卒 197,400円十手当

短大卒 177,500円十手当

試験日 6月25日(土)

試験会場 いみず苑

試験内容 作文、面接

申込資格 大学(短期大学、  
 専門学校を含む。)を卒業  
 した方または令和5年3月  
 までに卒業見込みの方(年  
 齢不問)

申込期限 6月20日(月)

問合せ先 いみず苑 総務課

☎86-1126

案内

海竜スポーツランド  
 第1期太極拳教室開催

太極拳は、老若男女、年齢・

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



すてつぷカフエ家族会

ひきこもり当事者のご家族

が集まって交流や情報交換を  
 する場所です。

日時 5月28日(土)

午後1時30分～3時30分

場所

救急薬品市民交流プラザ別館

その他 途中参加・退出可、  
 参加費無料

問合せ先 射水市ふくし総合  
 相談センターすてつぷ

☎55-5204

すてつぷカフエ

ひきこもりなど生きづらさ  
 を抱える方が集まって自由  
 に過ごす場所です。

日時 6月3日(金)

午後1時30分～3時30分

場所 救急薬品市民交流プラザ  
 3階会議室2B

投票事務会計年度任用職員の募集

第26回参議院議員通常選挙(令和4年7月10日執行予定)における投票事務会計年度任用職員を募集します。

勤務内容 投票所での受付事務及び片付けなど

勤務日時

●期日前投票日

選挙公示日の翌日から選挙期日の前日までの16日間のうち  
 選挙管理委員会が指定する10日程度  
 8:30～12:30、12:30～16:30、16:30～20:30のいずれ  
 かの時間帯

●投票日当日 6:30～20:30(休憩1時間)

※投票日前日に1時間程度の設営準備があります。

※投票日当日のみの勤務は不可。

場所 市内投票所のうち選挙管理委員会が指定する場所

賃金 時給880円 ※交通費の支給はありません。

募集人数 40名程度 ※応募多数の場合は、期限前に締め切  
 ることがあります。

応募・問合せ先

〒939-0294 新開発410番地1  
 射水市選挙管理委員会事務局(射水市役所本庁舎4階総務課内) ☎51-6640

応募資格

- ・18歳以上の健康な方(高校生不可)
- ・期間中、いつでも勤務が可能なる方
- ・いずれの投票所へも通勤が可能なる方

※採用者には事前に事務説明会を行います。(日程は  
 後日案内)

応募方法

指定の申込書(写真付)に必要な事項を記入の上、  
 郵送または直接射水市選挙管理委員会へ持参してく  
 ださい。申込書は、市ホームページからダウンロード  
 又は射水市選挙管理委員会まで取りに来てくださ  
 い。(電子メール、FAX不可)

応募期限 5月16日(月) ※郵送の場合は必着

令和4年度市民環境講座  
 グリーンカーテン講習受講者募集

グリーンカーテンの設置場所や日常管理のポイント等についての講習会です。

講習会を受講された方にはゴーヤ苗を配付します。

対象 射水市民および市内の事業所にお勤めの方(受講料は無料)

募集定員 各回30名ずつ(応募は先着順となります)

日時 ○第1回 5月28日(土)

○第2回 5月29日(日)

\*両日とも10:00～12:00

会場 射水市本庁舎3階 会議室302～304

申込方法 電話・ファックス・メールで受付

申込期限 5月13日(金) 17:15まで

申込み・問合せ先

環境課 ☎51-6624

FAX51-6656

✉ kankyouty@city.imizu.lg.jp

春の農業用水路転落事故防止強化期間 4月20日～5月20日

農業用水路への  
 転落事故に  
 気をつけて!!

県内の転落死亡事故のうち、  
 約3割は、65歳以上の高齢者です。  
 身近な水増水路でも事故が多く  
 発生しています。

【発行元】富山県 農林水産部 農村整備課  
 TEL:076-431-4111(代表)  
 ☎090-8092-9136  
 とやま農業用水路の安全対策

「6月1日は人権擁護委員の日」  
 全国一斉特設人権相談所を開設します

6月1日の「人権擁護委員の日」に合わせて、法務大臣  
 から委嘱を受けた人権擁護委員が特設人権相談所を開設し  
 ます。人権に関わる困りごとや悩みの相談をお受けします  
 ので、お気軽にご相談ください。なお、秘密は厳守します。

開設日時 6月1日(水) 10:00～16:00

場所 射水市本庁舎 2階 201会議室

問合せ先 市民活躍・文化課 ☎51-6622

今月の納税

軽自動車税  
 (種別割)全期  
 納期限 5月31日(火)

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



### 「働き方改革推進支援センター富山」 をご利用ください

事業主の皆様へ

労務関係全般のお悩みに専門家（社会保険労務士）が無料で対応します！  
①労働関係助成金の活用、②就業規則の見直し、③人材の確保・定着、④長時間労働の削減や同一労働同一賃金等の働き方改革関連法への対応、⑤生産性向上による賃金引上げなど、お気軽にご相談ください。企業訪問も無料でおこなっておりますのでぜひご利用ください。

**相談方法** 電話、メール、来所、企業訪問  
**受付時間** 9:00～17:00（土日・祝日・年末年始を除く）

**申込み・問合せ先**  
働き方改革推進支援センター富山  
（厚生労働省富山労働局委託事業）  
〒930-0855 富山市赤江町1-7  
富山県中小企業研修センター4階  
☎フリーダイヤル 0800-200-0836  
メール hk16@mb.langate.co.jp

### クロスベイ新湊 イベント情報!

◇カモメとネコの手作りマルシェ

**日時** 5月14日(土)、15日(日)  
10:00～15:00  
**場所** 屋外パーゴラ

最新のイベント情報は、クロスベイ新湊のホームページまたはインスタグラムをチェック!

ホームページ CROSSBAY\_2020

### 各施設の催物

◆大門コミュニティセンター ☎53-1844

開始時間13:00～  
5月15日(日) 新蔵富美男一座  
5月21日(土) いいとも一座  
5月22日(日) ひまわり一座

### 新湊交流会館 いきいき長寿館 からのお知らせ

リフレッシュ・ヨガ	ビューティ・ヨガ	NAOのダンス やってみよう	がんばらない体操	囲碁・将棋教室
脳や筋肉を若々しく保ち、一週間の疲れを癒しましょう	輝く女性のキレイを応援!!	初めてでも大丈夫! ダンス大好きっ子集まれ	やさしい動きなので、気軽に参加してみませんか?	お一人の参加もOK お気軽にどうぞ
<b>日時</b> 5月28日(土) 14:00～15:00	<b>日時</b> 5月21日(土) 14:00～15:00	<b>日時</b> 5月28日(土) 15:15～16:00 5月21日(土) 15:15～16:00	<b>日時</b> 5月19日(木) 10:00～11:00	<b>日時</b> 5月10日(木) 10:00～12:00 5月24日(木) 10:00～12:00
<b>場所</b> 新湊交流会館	<b>場所</b> いきいき長寿館	<b>場所</b> 新湊交流会館 いきいき長寿館	<b>場所</b> 新湊交流会館	<b>場所</b> いきいき長寿館
<b>定員</b> 20名	<b>定員</b> 20名	<b>定員</b> 10名 20名	<b>定員</b> 20名	<b>定員</b> -
<b>対象者</b> どなたでもどうぞ	<b>対象者</b> どなたでもどうぞ	<b>対象者</b> 小学生以下	<b>対象者</b> どなたでもどうぞ	<b>対象者</b> どなたでもどうぞ
<b>受講料</b> 300円	<b>受講料</b> 300円	<b>受講料</b> 100円	<b>受講料</b> 300円	<b>受講料</b> 無料
<b>持ち物</b> 飲み物 汗ふきタオル 動きやすい服装	<b>持ち物</b> 飲み物 汗ふきタオル 動きやすい服装	<b>持ち物</b> 飲み物、汗ふきタオル 動きやすい服装 内履き	<b>持ち物</b> 飲み物 汗ふきタオル 動きやすい服装	<b>持ち物</b> -
<b>申込期限</b> 開催日前日まで	<b>申込期限</b> 開催日前日まで	<b>申込期限</b> 開催日前日まで	<b>申込期限</b> 開催日前日まで	<b>申込期限</b> 申込不要
<b>申込方法</b> 電話受付	<b>申込方法</b> 電話受付	<b>申込方法</b> 電話受付	<b>申込方法</b> 電話受付	<b>申込方法</b> -

問合せ先 新湊交流会館 ☎82-8451 いきいき長寿館 ☎84-1030

### 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(水) 午前9時～午前10時  
**抽選対象期間** 12月1日(木)～12月28日(水)  
※予約抽選会後も、施設利用の予約は、随時受付けております。

**場所** 救急薬品市民交流プラザ  
**問合せ先** 救急薬品市民交流プラザ ☎55-1881

**日時** 6月5日(日) 午前9時30分～10時  
**受付時間** 午前9時30分～10時

**チャレンジ乗馬**

**その他** 途中参加・退出可、参加費無料  
**問合せ先** 射水市ふくし総合相談センターすてつぷ ☎55-5204

**軽自動車税(種別割)の減免申請は5月31日(火)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)の減免を受ける場合は、「減免申請書」を期限までに提出してください。  
**問合せ先** 課税課市民税係 ☎51-6618

### ミニボートの事故多発!

最近、免許が不要で手軽に楽しめるミニボートに乗り、釣りを楽しむ方が増えている一方、転覆などの事故も増加しています。  
ミニボートで海に出る際には、次の点に注意して下さい。  
・気象を確認し、強風注意報や波浪注意報等が出ているとき、白波が立っているときは、出港を取りやめる。  
・気象急変に備え、直ぐ陸に戻る事ができる範囲で行動する。  
・ボートでは立たない。身を乗り出さない。  
・連絡手段を確保し、ライフジャケットは必ず着用する。  
・夜間は船を出さない。

**問合せ先** 伏木海上保安部 交通課 ☎44-0196

**乗馬体験** 午前10時～正午  
**場所** 下村馬事公園  
**参加料** 無料  
**定員** 50人  
事前の申込みが必要です。  
**申込期間** 5月1日(日)～  
**申込み・問合せ先** NPO法人しもむらスポーツクラブまいけ(火曜日休館) ☎59-2824  
✉make@pog.canet.ne.jp

### 大菊の鉢上げ講習会

**日時** 5月29日(日) 午前10時～正午  
**場所** 橋下条コミュニティセンター

**参加費** 資材、菊苗とも無料  
**問合せ先** 射水市菊花会 大垣安和 ☎56-1205

### いみずバラ祭り

**日時** 5月21日(土)～29日(日) 午前9時～午後5時  
**場所** 小島バラ園・小島バラ畑  
**内容** バラの販売、鉢バラ・切り花・フラワーアレンジメントの販売

**問合せ先** NPO法人 小島バラ会 ☎090-3291-8337

### 六渡寺海岸 漂着ゴミ回収活動の開催

**日時** 5月28日(土) 午前9時30分～11時  
**場所** 射水市庄西町 六渡寺海岸  
**申込み・問合せ先** NPO法人 富山県自然保護協会 ☎076-441-0099

### 第66回富山県青年議会議員の募集

**日程** 7月上旬(平日の全日) 開会式、組織議会等  
8月上旬(土曜の午後) 合同学習会  
11月中旬(平日の午後) 本会議、閉会式  
※諸般の事情により変更の可能性があります。

**対象者** 射水市在住の18歳から40歳まで  
**応募締め切り** 6月3日(金)  
**問合せ先** 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637

### 客船 ぱしふいっくびいなす 寄港

客船「ぱしふいっくびいなす」が神戸港発着の風薫る日本一周クルーズで、海王岸壁(海王丸パーク内)に寄港します。

**寄港日時** 5月13日(金) 【入港】8:00 【出港】18:00  
**寄港時の感染症予防対策**  
・日本クルーズ客船(株)(客船運航会社)は、全乗客に対し、乗船前に2回のPCR検査を実施するなど、安全対策を徹底しています。  
・富山新港を管理する県では、感染拡大防止マニュアルを策定しており、安全・安心な受入れ体制を確保します。  
・少し離れた場所から客船を見ることができます。

詳しくは、ホームページでご確認いただけます。

日本クルーズ客船 富山県 問合せ先 河川・港湾課 ☎51-6684



各公演は新型コロナウイルス感染症拡大防止のための対策指針、ならびにガイドラインに沿って開催いたします。新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、内容の変更、開催の延期もしくは中止となる場合がございます。また、施設の利用制限、休館の可能性もございます。その際はホームページでお知らせいたしますのでご確認ください。

**アイザック小杉文化ホール ラポール** ●5月の休館日 6日、10日、17日、24日、31日 ☎56-1515

**ALL THAT JAZZ ジャズライブ**

7月30日(土) 15:15開場 16:00開演

入場料 全席指定  
一般 3,000円(会員2,700円/当日3,500円)  
高校生以下 500円(会員 400円)  
※未就学児入場不可。

5月21日(土) ホールメイト会員先行発売開始!  
5月28日(土) 一般発売開始!

【枚数制限・会員割引】お一人様4枚まで  
※発売初日に限り窓口販売開始9:00~、  
電話受付11:00~  
※会員先行販売期間中は、公演開催館のみの  
取り扱いとなります。



ピアニスト野上朝生を中心としたジャズアレンジユニット、「ALL THAT JAZZ」による、ジャズライブ。

**ホール利用申込抽選会のご案内** 6月1日(火) 10:00~ 対象期間〈ホール〉令和5年6月1日(火)~7月2日(日)

**高周波文化ホール(新湊中央文化会館)** ◆は共催事業 ●5月の休館日 2日、9日、16日、23日、30日 ☎82-8400

**東京スカパラダイスオーケストラ TOUR 2022 [BEST OF LUCK] 射水公演** 好評発売中!

6月15日(火) 17:30開場 18:30開演

入場料 全席指定 8,000円(会員7,200円)  
※未就学児入場不可。小学生以上有料。  
※ご入場される方全てにチケットが必要になります。



2022年デビュー33周年を迎える東京スカパラダイスオーケストラが、この春、日本中に幸せ(LUCK)を届ける全国ツアー「BEST OF LUCK」を開催する。今回のテーマは「スカパラファンにサチアレ」。スカパラ流のハッピー&ポジティブなライブで会場を幸せ(LUCK)でいっぱいにする。

**ロビーコンサート**

入場無料!  
5月15日(日)  
会場 大ホールロビー  
開場 13:30  
開演 14:00  
出演 オカリナ・サウンズ・かたかご、合唱団 エコーいみず野、ミンストレル

◆しまじろうコンサート「しまじろうとうみのだいぼうけん」

7月2日(出)  
①10:30開場/11:00開演  
②13:30開場/14:00開演  
③16:30開場/17:00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名につきお子さま1名までひざ上無料。(席が必要な場合は有料)

高周波文化ホール窓口で購入されるチケット料金は、どなたも全て会館特別価格になります。ホールメイト会員割引はありません。こどもちゃれんじ会員価格でご購入される場合は、「しまじろうコンサート」公式WEBサイトよりお申し込みください。



©Benesse Corporation/しまじろう

**2022年度「射水市ホールメイト」会員募集中!!**

名称 射水市ホールメイト 年会費 2,000円/1口(1人につき1口までです。)  
※一度納入された会費は、返却いたしかねますので予めご了承ください。  
会員期間 2022年4月1日から2023年3月31日まで ※会期中中でのご入会の場合は、入会日から2023年3月31日までです。  
特典 (1)財団が管理・運営する①高周波文化ホール(新湊中央文化会館)、②アイザック小杉文化ホール(ラポール)、③大門総合会館の各館窓口にて、財団が指定する公演のチケットを、指定枚数まで先行・割引購入することができます。公演によっては先行・割引どちらかのみとなる場合がございます。  
(2)指定枚数以内であれば、公演当日でも割引購入が可能です。  
(3)財団が発行する情報誌や公演チラシ等をお届けいたします。  
※窓口にて特典を受ける際には、会員証を必ずご提示ください。  
予定している会員特典対象公演 (2022年4月27日現在)  
※対象公演が変更・追加となる場合がございます。その際は随時お知らせいたします。

公演日	会場	公演名(仮称)
1 6月15日(火)	新湊	東京スカパラダイスオーケストラTOUR 2022 [BEST OF LUCK] 射水公演
2 7月30日(土)	小杉	ALL THAT JAZZ ジャズライブ
3 9月	大門	大門寄席(社会人落語家集団「ばららくご」メンバー出演)
4 10月15日(土)	新湊	イルカ&太田裕美 ラブリー♥コンサート
5 11月27日(日)	新湊	ミュージカル「クリスマス・キャロル」
6 12月10日(土)	小杉	とやまミュージックキャラバンコンサート ふゆのおんがくかい
7 2023年1月8日(日)	小杉	ラポールニューイヤーコンサート2023
8 2023年3月5日(日)	小杉	加藤昌則プロデュース企画 Just 2 Hours!! ~120分で知る名曲コンサート~

**新湊博物館** ●5月の休館日 9~10日、17日、24日、31日 ☎83-0800

**企画展「武士の時代」開催中~**

期間 6月26日(日)まで

平安時代末、武力を持って戦を家の生業とする武士が登場します。武士の政権である幕府は、明治維新まで700年にわたって国を動かしました。本展では、戦の担い手、役人、文化人など様々な顔を持った越中(富山県)の武士や、武士を率いた武将の足跡を紹介します。



錦絵「俱利伽羅合戦圖」(部分) 富山県立図書館 蔵

**大島絵本館** ●5月の休館日 2日、9日、16日、23日、30日、31日 ☎52-6780

**にじいろコンサート**

日時 5月22日(日) 14:00~  
出演 吉田春代(フルート)ほか  
料金 大人1,500円 小人700円  
※チケットは大島絵本館でのみ販売。電話予約可。  
内容 フルート、ハープ、チェンバロ他絵本の朗読もお楽しみに!

**おしま国際手づくり絵本コンクール2022 作品募集**

募集期間 5月6日(金)~5月13日(金) 必着  
募集部門 一般の部 しかけの部  
応募資格 作者が18歳以上(高校生を除く)



〈カフェ ギャラリー〉  
●ハンドメイド2人展  
会期 5月1日(日)~15日(日)  
内容 日常使いの雑貨・布小物作品の展示販売  
●村正俊 いろいろ遊彩展  
会期 5月17日(火)~29日(日)  
内容 絵画・木と針金によるオブジェ等の展示販売

**陶房「匠の里」** ●5月の休館日 9~11日、17日、24日、30日、31日 ☎54-1201

**6月企画陶芸教室 はにわ作り体験教室**

世界に二つとない自分だけのオリジナル埴輪(はにわ)を作ってみましょう!焼き上がりは大きさ9×9×12cm程度が一体できます。  
実施日 6月11日(土)、12日(日)  
時間 9:30~12:00  
定員 各10名  
料金 2,000円  
申込み お電話にてお申し込みください。(5月1日(日)より受付開始)



**郷土作家展 赤川焼 野村彰展**

期間 5月14日(出)~6月6日(月)

**太閤山ランド** ●5月の休館日 10日、17日、24日、31日 ☎56-6116

**太閤山ランドでイベントを楽しもう♪ mamasky party 2022 in 太閤山ランド**

日時 5月8日(日)  
主催 ママスキー  
親子向けBIGイベント。フリーマーケットや親子体験ブースなどを予定。ケータリングカーも出店。



**Aloha fusion 2022 in 太閤山**

日時 5月22日(日)  
主催 Crossover Project  
ハワイアン(フラ)とミュージシャンとのコラボステージイベント♪フラダンスのパフォーマンスを見てハワイアンの魅力を存分に楽しもう♪ハワイアンショップによる洋服や小物の販売を予定。  
※内容は変更となる場合があります。



★入場無料!!ドックランも好評営業中♪

**海王丸パーク** ●5月の休館日 11日、18日、25日 ☎82-5181

**ちびっ子天国 in 海王丸パーク**

開催日 5月3日(火・祝)~5日(木・祝)  
※ミニ遊園地など家族みんなで楽しめるイベントです。  
3日(火・祝) 親子展帆体験 4日(水・祝) 総帆展帆 5日(木・祝) カッター・セーリング教室

**総帆展帆**

開催日 5月4日(水・祝)、29日(日) 10:00~15:30  
※すべての帆がひろがっている時間 11:30頃~14:00

**小杉展示館** ●5月の休館日 2日、9日、16日、23日、30日 ☎55-3338

**「小杉焼常設展示」**

9:00~17:00(入館は16:30まで)

**「郷倉千鞠」屏風**

期間 4月7日(木)~6月10日(金)  
9:00~17:00(入館は16:30まで)



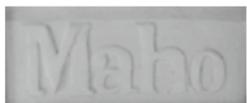
**竹内源造記念館** ●5月の休館日 2日、9日、16日、23日、30日 ☎55-3288

**小杉中学校 生徒作品 展示中(ネームプレート)**

2階 第二展示室にて

**ゴールデンウィーク**

型抜き鏝絵体験



**孫と祖父母・親子で楽しく故郷体験**

日時 5月3日(火・祝)~8日(日) 10:00~  
所用時間 1時間程度  
体験料 (材料費等) A4判800円、2L判500円  
申込み コロナ感染防止のため、事前予約が必要です。

# まちかどフォトグラフ



## 富山湾に春の訪れ シロエビ初水揚げ

〈4月2日(土)〉

富山湾の宝石と呼ばれるシロエビ漁が解禁され、新湊漁港で初競りが行われました。2日は天候にも恵まれ、かごいっぱいものシロエビが漁港に並びました。初日からまとまった量が揚がり、順調な滑り出しに漁港は活気づきました。



## 小学校新1年生の安全を願って 交通安全帽子を贈呈

〈4月7日(木)〉

射水市と射水交通安全協会は、市内すべての小学校の新1年生762人に、登下校時に着用する黄色の交通安全帽子を贈呈しました。

大門小学校で行われた贈呈式では、新入生代表の3人が「飛び出しはしません」などの交通安全の誓いを元気よく述べました。

## 都市計画道路駅前線 完成式

〈4月9日(土)〉

越中大門駅から南側に延びる都市計画道路駅前線と駅前広場の完成式が行われ、関係者らによるテープカットが行われました。

この整備により、道路幅員が8.5mから20mに拡幅され、地元住民などが安全に歩行できるようになりました。また、駅前広場では、バス停にアルミ製シェルターが整備され、学生などの駅利用者の利便性向上が期待されます。



## 射水市と株式会社プレステージ・インターナショナルとの包括的連携に関する協定締結式

## (株)プレステージ・インターナショナルと協定を締結

〈4月13日(水)〉

市と本市にコールセンター業務の拠点を置く(株)プレステージ・インターナショナルが「包括的連携に関する協定」を締結しました。同社とは、昨年8月にスポーツ振興を中心とした相互支援・協力の協定を結んでおり、今回の包括的連携協定により、女性活躍や子育て支援など様々な分野において、相互に緊密な連携と協力を推進していくことを確認しました。



# 各種相談

### ●行政・人権相談 ☎51-6622

- 13:30~16:00
- 5月11日(水)、6月1日(水) 救急薬品市民交流プラザ
- 5月12日(木)、6月9日(木) 新湊交流会館
- 5月18日(水)、6月15日(水) 大門総合会館
- 5月24日(火)、6月28日(火) 射水市本庁舎
- 5月12日(木)、6月休み ※人権相談のみ 下村コミュニティセンター

### ●心配ごと相談

- 13:30~16:00
- 5月19日(木) 6月 2日(木)、6月16日(木) 新湊交流会館 ☎82-8450
- 5月17日(火) 6月 7日(火)、6月21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13日(金) 13:30~15:30 新湊交流会館
- 5月27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25日(水)、6月22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19日(木) 13:00~16:00 高岡商工ビル5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26日(木) 13:00~16:00 射水市本庁舎
- 予約方法:ハガキ、電子申請または総務課窓口にて、住所、氏名、電話番号、希望日など必要事項を記入し提出
- 定員:6名(抽選)
- 締切:5月12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。
- ※応募者に電話で抽選結果を連絡します。
- ※相談は半年につき1回までです。

### ●もの忘れ・認知症相談(予約優先)

- ☎51-6625
- 5月26日(木)、6月23日(木) 14:00~15:30 救急薬品市民交流プラザ1階

### ●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11日(水)、6月15日(水) 10:00~15:00
- 5月25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15日(日) 10:00~15:00 射水建築会館 ☎55-1298
- 5月15日(日) 10:00~15:00 カモン新湊ショッピングセンター ☎82-4511

### ●射水市空き家相談会・ミニセミナー

- (予約不要) ☎51-6676
- 5月20日(金)、6月17日(金) 13:00~16:00(セミナー・相談会) 射水市大島分庁舎

### ●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2月曜日、第3・第4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

- ①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
- ②月曜日~土曜日(祝日を除く) 9:00~17:00
  - むげん ☎52-1737

### ●ひきこもりに関する相談 ☎55-5204

- 5月10日(火) 13:30~16:30 救急薬品市民交流プラザ
- 6月14日(火) 13:30~16:30 新湊交流会館
- ※精神保健福祉士など専門の相談員が対応します。

### ●福祉に関する総合相談 ☎55-5203

- 月曜日~金曜日(祝日を除く) 9:00~17:00 射水市ふくし総合相談センターすてっぷ

## 5月の 休日・夜間窓口



◀休日窓口 ▶マイナンバーカード 夜間予約受付

問合せ先 市民課 ☎51-6621

休日	●マイナンバーカード交付 ●マイナンバーカード申請受付(要予約) ●マイナポイント申込支援	5月8日(日) 8:30~12:30
夜間	●マイナンバーカード交付(要予約)	5月23日(月)~27日(金) 17:45~19:15(最終受付) ※要電話予約

※マイナポイント申込支援は平日(8:30~17:15)も行っていきます。

### ◀ご注意ください▶

休日・夜間窓口では証明発行・印鑑登録は取扱いません。

マイナンバーカードをお持ちの方は、ぜひ証明書のコンビニ交付サービスをご利用ください。(手数料が150円免除されます。)



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ください。  
場所/射水市本庁舎1階市民課

マイナポイント申込支援を受ける際は、  
●マイナンバーカード  
●マイナンバーカード取得時に設定した数字4桁の暗証番号(利用者証明用)  
●申込みをするキャッシュレス決済サービスのIDやセキュリティコード\*が必要で、市民課でマイナンバーカードの受取り後、マイナポイントの申込みをすることもできます(夜間窓口を除く)。  
場所/射水市本庁舎1階総合案内 横

※キャッシュレス決済サービスID・セキュリティコードの確認方法(総務省マイナポイントホームページ)





## 旬のたけのこ・わらびの 下処理・保存方法



**材料**  
たけのこ  
たけのこ……………1本  
米ぬか……………20g  
わらび  
生わらび……………200g  
重曹……………大さじ1  
熱湯……………適量

**作り方**  
たけのこ  
① たけのこを皮のまま鍋に入れ、たけのこがかぶる位の水と米ぬかを入れて火にかける。  
② 竹串をさして、スーッと通るまでゆでる。  
③ そのまま冷めるまで鍋に置く。  
④ たけのこが冷めたら水洗いしてぬかを取り除き、皮をむく。

**わらび**  
① わらびの根元を切り落とし重曹をつける。  
② ①を鍋に入れ、残りの重曹を振りかける。  
③ ②の全体が浸かる位まで熱湯を注ぎ入れる。  
④ そのまま一晩冷ます。  
⑤ わらびをよく水洗いする。

下処理したたけのこ(食べやすくスライス)・わらびをらっきょう酢に漬け冷蔵庫に保存する。



### 食生活改善推進員のコメント

「料理に添えたりおひたしにするほか、ちらし寿しや炊き込みご飯などいろいろな料理に使えますよ」

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

「大門カイトパークの大きな空の下で凧揚げを楽しみませんか？」

## 大門カイトパークの開催について

**日時** 5月15日(日) 10:00～15:00 (荒天中止)  
**場所** 大門カイトパーク(庄川左岸河川敷) **主催** 越中だいまん凧まつり実行委員会  
**内容** (1) 誰でも自由に凧揚げを楽しむことができます。  
(2) 凧揚げ指導員による凧の揚げ方指導、修繕、凧の販売があります。  
※大凧・連凧を揚げるための事前申込は締め切りました。



問合せ先 観光・定住課 ☎51-6676

## いみず 地域おこし協力隊通信

Vol.1



移住コーディネーター  
山田 奈津子

現在射水市には4名の地域おこし協力隊がいます。毎回リレー形式で隊員のコラムを掲載していきます！今回は山田隊員です！

こんにちは！私は「移住コーディネーター」として、主に県外の移住検討者に射水の住み良さを発信しています。去る3月21日に、初めて自主企画でオンラインセミナーを行いました！『移住者が語る富山県射水市の子育て事情』と題し、ゲストに子育てサークル「県外ママこらーれ」主催の堀さんにご出演いただき、子育て世帯から見た射水市の良さをPRしました。



今後の目標は、子育て世帯に限らずどんな方にも住みやすい!とお伝えするため、更なる射水の良さを発掘すること。移住した後も射水に住んで良かった!と思っていただけよう、地元の方のお話も沢山伺いながらお仕事していきたいと思ひます!

山田隊員のInstagramはコチラ↓



アカウント名  
[imizu\_ju]

問合せ先 観光・定住課 ☎51-6676

## 射水市 × SDGs Vol.1

誰一人取り残さないまちを目指して



### SDGsとは?

SDGs (Sustainable Development Goals)とは、2015年9月の国連サミットで採択された、持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の開発目標です。17のゴール、169のターゲット及び231の指標で構成され、2030年までに「誰一人取り残さない」世界を目指し、個人、団体、企業、自治体、政府など、様々な立場で活動が進められており、射水市も取組を推進しています。

詳しい紹介内容は市ホームページに掲載しています



問合せ先 政策推進課 ☎51-6612

## 行楽シーズン到来!「イーボン」を使ってお得に 心うきうき体もリフレッシュ

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。

**お得なイベント開催中!!**

- 月 来店ポイント3倍デー
- 火 来店ポイント5倍デー
- 水 レディースポイント2倍デー
- 木 メンズポイント2倍デー
- 金 来店ポイント3倍デー
- 土日 お子連れ入館100円デー アロマ炭酸泉開催
- 22日 夫婦割デー 26日 お風呂の日

22日 夫婦割デー 26日 お風呂の日

※営業時間 10:00～24:00(23:00 最終受付) 射水市黒河5424 TEL0766-56-2345

タイヤプロ いみず店 愛車無料点検実施中

**カーライフ応援キャンペーン**

5/31まで 「広報誌を見たよ」でお得な特典

タイヤ4本ご購入で **最大10%OFF** (店頭通常価格より)

タイヤ保管を新規ご契約で **50%OFF** (通常保管料金より初回契約のみ)

オイル、ワイパー、バッテリー等の点検、交換も大歓迎!!

500円クーポンご利用できます。

クレジットカード・PayPayご利用可  
ポイントたまります。

射水市本館発下ノ田1152-3(イータウン本館発中交差点より西へ300m)  
TEL (0766)55-5620  
営業時間/平日 9:00～19:00 土 9:00～17:30 日祝 10:00～17:00

あなたの家は大丈夫ですか?

**耐震相談受付中!**

2000年以前に建てられた住宅は、新耐震基準であっても、現行の基準を満たしていない要素があります。ぜひ一度ご相談ください。

**クーポン シロアリ無料点検!**

シロアリの活動時期は4～6月!手遅れになる前に!下記クーポンの二次元コードよりご予約で無料点検!

高岡増改店 0800-123-0501

Mother's Day~母の日特集~ フローラ はなその

5/8(日) 感謝を伝えて笑顔にしたい

¥3,500~ ¥1,500~ ¥1,000~ ¥5,000~

アレンジメント ローズバスケット 花束 コーディングフラワー

ご予約は公式アカウントまたはお電話を

〒934-0005 射水市善光寺 3-15 Tel:0766-84-8754 Fax:0766-84-3951

初回入金金 **無料** (通常300円を)

お買い上げ金額より **500円OFF**

シロアリ点検 **無料**

3,000円以上お買い上げで **10%OFF**

有効期限 2022年5月1日～31日

## きらら射水 100歳体操

市では、高齢者が要介護状態に陥ることなく健康でいきいきとした生活を送ることができるよう、また、体操を通じて住民が互いに支え合える地域となるよう「きらら射水100歳体操」を普及しています。

### 100歳体操ってどんな体操?

- 日常生活動作(物を持つ・立つ・歩く)に必要な筋力をアップする体操です。
- みんなでDVDを見ながら約40分行います。

### 100歳体操の効果は?

- 週1回6か月続ければ、7割の人で歩行速度が改善!
- 60代はもちろん80代でも効果があります。

### 運動は苦手、続かない…

- 仲間がいるから大丈夫!
- 体操だけじゃない楽しみの場になっています。

### どこでやってるの?

- 近くの公民館やコミュニティセンターがほとんどなので歩いて行けます。
- 5人以上集まれば、新しいグループが作れます。

問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625

### 腕を前に上げる運動

#### 三角筋(前部)を鍛えます

物を持ち上げたり、腕を挙げる等の動作が楽になります。

#### 運動方法

腕を自然に下ろした状態から始めます。

- 「1,2,3,4」で肩の高さまで腕を前に挙げます。
- 「5,6,7,8」で元の位置まで腕を下ろします。



#### ポイント

- 背筋を真っすぐにして座ります。
- 肘はしっかりと伸ばしましょう。
- 簡単に10回できたら、手首に重りを着けたり、ペットボトルを持ったりしてみましょう。

#### 注意事項

肩関節に痛みのある方は運動を控えるか、痛みの出ない範囲で行ってください。

# LINE スタンプが できました!

射水市公式の大人気キャラクター達が  
LINEのスタンプになりました!  
射水市民はもちろん、どなたでも使って  
いただける楽しいスタンプです!

射水市公式Vtuber **いみず雫**

射水市  
ブランドマーク **ムズムズくん**

各**24**種類 それぞれ **¥120**(50コイン)



県外のお友達にも教えてあげよう!  
◀ **購入はQRコードから** ▶



LINE STORE・スタンプショップ  
にて好評発売中!



問合せ先 未来創造課 ☎51-6614

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**

**日曜も営業!!** 日曜日 ▶ 午前9時～午後4時  
月～金 ▶ 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** 射水市 北野1555-1

詳しくは、ホームページ **JAいみず野**  をご覧ください

**環境にやさしいLPガス**

二酸化炭素の排出量が少ない 硫黄酸化物の排出量が少ない

☎ **0120-000-890**

暮らしのお困りごと 何でもご相談ください

**ナカムラ**  
エネルギー & ホームシステム

株式会社 **中村燃料商店** 大島営業所 / 射水市小島900

**ICN** いみずケーブルネットワーク  
IMIZU CABLE NETWORK

**ICN光**  
いみずケーブルネットワーク  
IMIZU CABLE NETWORK

テレビ 光ネット 光やむ **トリプル加入がおトク!!**

射水ケーブルネットワーク株式会社 ☎ **0120-82-7320**  
射水市本町2丁目10-30 https://www.canet.ne.jp

美しい富山県づくりに一。

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砕石・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/株協和総商 ☎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「テレビ広報いみず」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。

**LINE**  
あなたの欲しい情報をリアルタイムにお届けします。

**射水市の人口・世帯数**  
令和4年3月31日現在の射水市住民基本台帳人口 ※( )内は前月比

人口	91,458人	(-181)	(うち外国人 2,697人)
男性	44,652人	(-94)	(うち外国人 1,460人)
女性	46,806人	(-87)	(うち外国人 1,237人)
世帯数	36,162世帯	(+7)	(うち外国人のみの世帯1,432世帯)