

# 広報いみず

# IMIZU

Imizu city public relations Paper

2月

2023 February

No.208

いいとこ、いいもの、ギュギュッと！

巻頭

## 所得税・住民税の申告が始まります

### CONTENTS - 今月の主な内容 -

- 令和5年度 **放課後児童クラブ** 入級案内 ..... 5
- 第3次射水市総合計画 **基本計画** ..... 6~7
- 明日の射水を担う！ **若者定住助成金制度** ..... 8
-  **クーポン** いみずのいいクーポン情報!! ..... 23

## 防火の決意 色鮮やかに

### 射水市消防出初式

(関連記事P21)

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。

# 所得税・住民税の

## 申告が始まります

令和4年分所得税・令和5年度住民税の申告期間  
**2月16日(木)～3月15日(水)**  
※土日祝日を除く

### 《会場・受付時間》

**射水市役所** 問合せ先 課税課 ☎51-6618

受付時間 8:30～16:30 (相談8:45～)

最終日(3月15日)は14:00まで

申告相談会場 射水市本庁舎3階会議室  
 (射水市新開発410番地1)

※早い時間に来庁されると、市役所玄関が施錠されており、屋外でお待ちいただく場合があります。

**高岡税務署** 問合せ先 ☎21-2501(代表)

受付時間 9:00～16:00

申告相談会場 高岡税務署(高岡市博労本町5番30号)

令和4年分確定申告は、2月1日(水)から申告相談を受け付けます。なお、入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は会場で当日配付するほか、国税庁LINE公式アカウントからのオンライン事前取得も可能です。

申告会場では、ご自身のスマホで申告書を作成いただけますので、マイナンバーカード(暗証番号)もお忘れなくお持ちください。

### 申告が必要な方

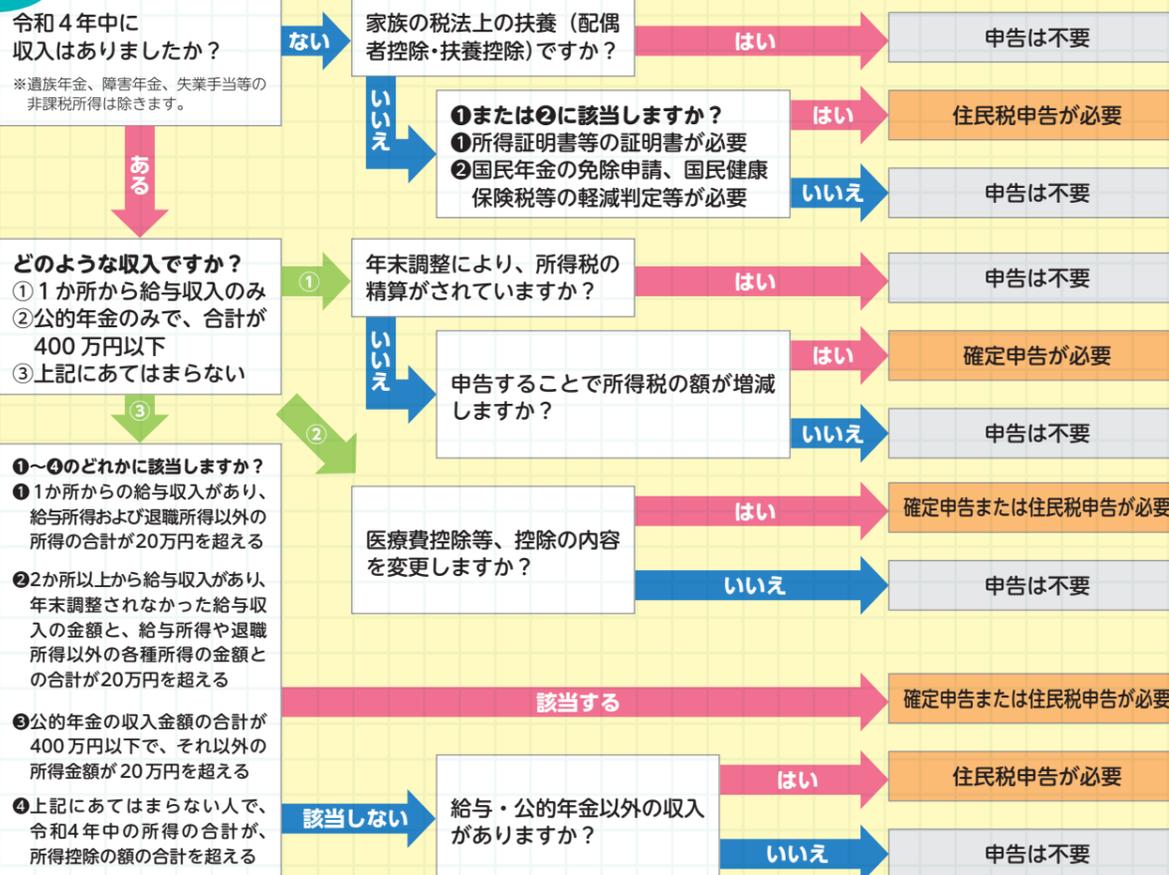
フローチャートで確認してみましょう。

申告が必要な方は、電子や郵送による申告を積極的に活用してください。



このフローチャートは、一般的な例です。

### スタート



### 便利な予約で待ち時間削減!

予約方法は2種類あります。《2/1(水)～受付開始》

#### ① インターネットでの予約

射水市ホームページ内「いみずe-予約システム」



#### ② AI電話での予約

(※初日の受付のみ午前9時～) e-予約システム  
 予約専用ダイヤル ☎050-3198-9406

### 電話予約時に必要な情報 事前に準備するもの

- ☑ 予約人数(2名まで)
- ☑ 希望日時(〇月〇日〇時)
- ☑ 名前(フルネーム)
- ☑ 生年月日(和暦)
- ☑ 電話番号

24時間受付

### AI電話での予約のポイント

1. 自動音声(AI)との対話のみで予約完了
2. 予約の変更・キャンセルも予約専用ダイヤルで  
※予約日前日(土・日・祝日除く)の午後5時まで
3. 電話の最後に流れる予約番号は必ず控える
4. 予約受付後ショートメッセージが届く  
※SMS対応携帯に限りです

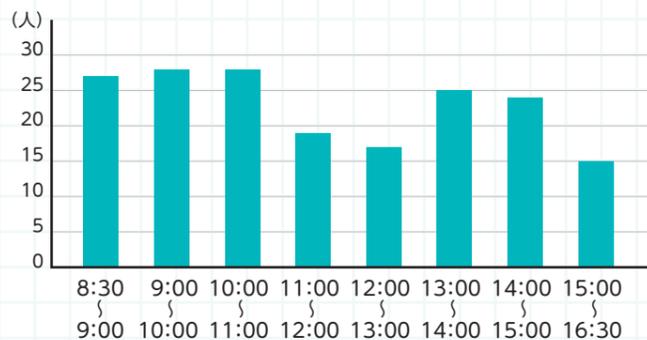
※このAI電話による予約サービスは株式会社サイバーエージェントの協力による実証実験です。

- 次の方は、高岡税務署で申告してください。(市の会場でも受付できません)
- 譲渡所得(土地、建物、株式)や配当所得などの分離課税申告をする方
- 雑損控除を受ける方
- 住宅借入金等特別控除など(特定増改築等改修工事や認定長期優良住宅を含む)の税額控除を受ける方
- 青色申告を選択する方
- 相続等に係る生命保険契約等に基づく年金の雑所得がある方
- 過年(令和3年以前の所得)分の確定申告をする方

**事前の書類作成にご協力を**  
 確定申告および住民税の申告は、原則、自己申告です。営業所得や農業所得、不動産所得がある方は、必ず収支内訳書を事前に作成し、持参してください。また医療費控除を受ける方は、領収書を病院ごとに分けて集計し、医療費控除の明細書を作成したうえでお越しください。

**新型コロナウイルス感染症対策(お願い)**  
 ● マスク着用、申告前・申告後の手指の消毒にご協力ください。

《参考》令和3年分申告相談会 時間帯別平均来場者数



- 入場時に検温を行います。発熱の症状がみられる場合は入場をお断りしますのでご了承ください。
- 筆記用具は定期的に消毒しますが、共用に不安のある方はボールペン・計算機等をご持参ください。
- 例年、午前中と夜間申告相談会(地区別指定なし)が大変混み合います。来場される場合は、できる限り地区別の指定日にお越しになり、ご家族分の申告は代表1名の方が来場されるなど、密集にならないようご協力ください。

### インターネットで申告書を作成できます

国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」で確定申告書の作成・送信ができます。今年から、青色申告決算書・収支内訳書の作成が可能になりました。また、スマートフォンで申告する場合は、カメラで給与所得の源泉徴収票を読み取ることで自動入力できます。詳しい作成方法は、国税庁ホームページ「動画で見る確定申告」からご確認ください。

また、射水市ホームページ「住民税額試算システム」では市・県民税申告書を作成できます。



動画で見る確定申告

### 郵送で申告書を出せます

「確定申告書」を提出する場合は、直接、高岡税務署へ郵送してください(市から税務署への回送はできません)。「市・県民税申告書」は市役所課税課へ郵送してください。



問合せ先 生涯学習・スポーツ課  
☎51-6637



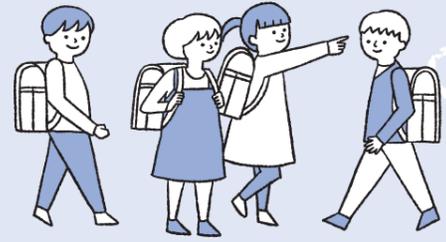
詳しくは、下記学級までお問い合わせください。  
平日午後2時～6時

放課後児童クラブは、放課後や土曜日・夏休み等の学校休業日に、家庭に代わる生活の場を確保し、保護者の子育てと仕事の両立を支援する事業です。

●対象児童  
労働等により昼間に保護者が不在となる家庭の小学生

●保護者負担額(学級費)  
学級によって異なります。各学級にお問い合わせください。

●入級申請  
放課後児童クラブを利用するためには、入級申請が必要です。募集案内や必要な書類の配付、受付など、入級に必要な手続きは、各学級で行います。



# 令和5年度 放課後児童クラブ 入級案内

## 放課後児童クラブ一覧

地区	小学校区	学級名	開設場所	開設時間	問合せ先	
新湊	放生津	公設	こぼと学級	放生津小学校内	18:00まで	080-1950-3206
	新湊	公設	さくら学級	新湊小学校内	18:00まで	080-1950-3207
	作道	公設	道の子学級	作道小学校敷地内	18:00まで	080-1950-3208
	片口	公設	とねりこ学級	片口小学校敷地内	18:00まで	0766-86-1180
	堀岡	公設	なでしこクラブ	堀岡小学校隣接地	19:00まで	090-1639-5133
	東明	公設	東明学級	東明小学校内	18:00まで	080-1950-3209
小杉	小杉	公設	すこやか学級	小杉小学校内	18:00まで	090-1393-0421
		公設	ひばり学級	戸破児童館敷地内	19:00まで	080-1953-4791
	金山	公設	金山こぼと学級	金山コミュニティセンター内	18:00まで	090-7080-5091
	歌の森	公設	ピノキオ学級	歌の森小学校内	18:30まで	090-8704-9202
		公設	歌の森キッズよつば	小杉地区センター2階	19:00まで	080-8990-8471
		民設	うたのこ	射水市黒河地区	18:00まで	090-5688-1489
	太閤山	公設	日吉学級	太閤山小学校内	18:00まで	090-1392-6801
		公設	太閤山学級	太閤山コミュニティセンター内	19:00まで	080-1958-6475
中太閤山	公設	ひまわり学級	中太閤山小学校内	18:00まで	090-2092-0363	
大門	大門	公設	たんぼぼ学級	大門小学校内	18:00まで	090-8092-9136
		公設	風の子学級	浅井体育館内	18:00まで	080-3044-8450
大島	大島	公設	A S U K A学級	大島小学校内、大島児童館内	19:00まで	080-8690-1836

## 放課後児童クラブ支援員募集

次の4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下記までお問い合わせください。



施設	学級名	電話番号	開級時間/平日	1日開級日
公設	①道の子学級(作道小学校区)	☎080-1950-3208	13:30~18:00	8:00~18:00
	②すこやか学級(小杉小学校区)	☎090-1393-0421	13:00~18:00	8:00~18:00
	③ピノキオ学級(歌の森小学校区)	☎090-8704-9202	13:00~18:30	8:00~18:30
民設	④うたのこ(歌の森小学校区)	☎090-5688-1489	13:00~18:00	8:00~18:00

## 申告に必要なもの(例)

<b>令和4年中の所得の内訳が分かるもの</b> ●給与や公的年金の源泉徴収票(原本) ●生命保険の満期払戻金などの支払証明書 ●個人年金や報酬・配当の支払証明書 ●収支内訳書(事業、農業、不動産所得がある方)	<b>各種控除を受けるための証明書(原本)</b> ●社会保険料などの支払証明書もしくは領収書 ●生命保険料や地震保険料などの控除証明書 ●障害者手帳等
<b>利用者識別番号がわかる書類</b> 税務署から届く「利用者識別番号等の通知書」または「確定申告のお知らせ」	
<b>マイナンバーと本人が確認できる書類</b> ●マイナンバーカード(個人番号カード)をお持ちの方は、ご持参ください。 ●お持ちでない方は①、②(それぞれ1点)をご持参ください。 ①マイナンバーが分かる書類 ※通知カード、マイナンバーが記載された住民票の写し等 ②本人が確認できる書類 ※運転免許証、パスポート、障害者手帳等	
<b>還付金の振込先口座が分かるもの(本人名義)</b>	<b>筆記用具・計算機</b>

## 射水市役所申告相談会

### 地区別日程表

※土日祝日は実施しません。

月	日	地区名
2月	16日(木)	小杉地区(黒河、太閤山)
	17日(金)	小杉地区(池多、金山、南太閤山)
	20日(月)	小杉地区(戸破、大江)
	21日(火)★	小杉地区(戸破)
	22日(水)	小杉地区(三ヶ)
	24日(金)	小杉地区(橋下条、中太閤山)
	27日(月)	新湊地区(海老江、七美、本江)
	28日(火)	新湊地区(放生津、庄西)

月	日	地区名
3月	1日(水)★	新湊地区(新湊)
	2日(木)	新湊地区(作道)
	3日(金)	新湊地区(塚原、堀岡)
	6日(月)	新湊地区(片口)、下地区
	7日(火)	大門地区(浅井)
	8日(水)	大門地区(水戸田)
	9日(木)★	大門地区(二口)
	10日(金)	大門地区(榎田)
	13日(月)	大門地区(榎田、大門)、大島地区
	14日(火)	大島地区
	15日(水)	大島地区

★マークのついている日は、夜間申告相談会(地区別なし)も実施します。【夜間申告相談会受付時間】18:00~19:30

商工会議所・商工会主催

## 自営業者のための決算・確定申告相談日程

対象/自営業者 共催/新湊青色申告会・射水青色申告会 ※事前予約制となっていますので、必ずご連絡ください。

新湊地区	2月	16日(木) 27日(月)	13:30	射水商工会議所 (射水市本町2丁目10番30号クロスベイ新湊内) ☎84-5110					
	3月	2日(木) 8日(水)	16:30						
		13日(月)							
小杉・下地区	2月	24日(金) 2日(木)	13:30	射水市商工会 (射水市戸破4200-11救急薬品市民交流プラザ内) ☎55-0072					
	3月	7日(火) 10日(金) 13日(月) 14日(火)	16:30						
		大門・大島地区			2月	27日(月) 28日(火)	13:30	射水市商工会 大島 OFFICE (射水市小島703) ☎52-1329	
					3月	7日(火) 9日(木)			16:30
						13日(月) 14日(火)			

将来像「いろいろ ひろがる ムズムズ射水」を目指して!

# 第3次射水市総合計画 基本計画

(令和5年度～9年度)

基本計画では、23の「基本目標」を設定し、それぞれの目標を達成するために取り組む【主要施策】を示しています。今月号では、ライフステージごとの主な施策について紹介します。

## 第3次計画における4つの「共通の視点」

各基本目標の実現に向けて施策を進めるに当たり、変化する社会情勢に対応するために必要な考え方を整理し、常に念頭に置くべき4つの新たな視点を「共通の視点」として設定しました。政策の体系を超えて横断的、戦略的に展開することにより、計画の実効性を高め、将来像の実現を目指します。

- ① インクルージョンの推進
- ② ニューノーマルへの適応
- ③ 地方創生の推進
- ④ DXの活用による市民生活の向上及び行政の効率化

### 生まれる・育つ・学ぶ

**基本目標** 新しい命の誕生を応援する

- 【主要施策】
- 妊娠期から切れ目のない支援の充実

**基本目標** 子どもの成長に寄り添い支える体制を強化する

- 【主要施策】
- 専門的な相談支援の充実
  - 困難を有する子ども・若者やその家族の支援

**基本目標** 新しい学びの場を創出する

- 【主要施策】
- 高等教育機関等の新たな学びの場の創出
  - 高等教育機関との連携の推進

**基本目標** 子どもの健やかな育ちと子育て世代を応援する

- 【主要施策】
- 多様な保育サービス・子育て支援の充実
  - 地域全体で子育てを支援する環境の整備

**基本目標** 生きる力を育む学校教育を推進する

- 【主要施策】
- 確かな学力の定着
  - 豊かな心と健やかな体の育成
  - 信頼される教育の推進



### 働く

**基本目標** 産業の競争力を高め、地域経済の振興を図る

- 【主要施策】
- 商工業の振興
  - 農林水産業の振興
  - 持続可能な農林水産業の推進



**基本目標** 働く選択肢を増やし、働きがいのある職場づくりを進める

- 【主要施策】
- 多様な働き方ができる雇用環境の整備促進
  - 働き方改革の推進
  - 女性活躍の推進



### 暮らす

**基本目標** 市民の安全安心を守る体制を強化する

- 【主要施策】
- 防災・減災、国土強靱化の推進
  - 雪対策の推進



**基本目標** 互いに個性を認め合い、尊重し合う社会を実現する

- 【主要施策】
- 多様な価値観や違いを認め合う社会の形成
  - ジェンダー平等（男女共同参画）の推進
  - ペットとの共生



**基本目標** 住み慣れた地域で安心して暮らせる体制を充実させる

- 【主要施策】
- 地域共生社会の実現に向けた体制づくり
  - 生きがい・居場所づくり、活躍の場の創出

### みがく

**基本目標** 射水市の魅力を効果的に発信し、伝え広める

- 【主要施策】
- 移住・二地域居住の促進
  - シティプロモーションの推進



※このほかの基本目標・主要施策についても、ぜひ市のホームページをご覧ください。

問合せ先 政策推進課 ☎51-6612



### つなぐ

**基本目標** 交流によりつながりを創出する

- 【主要施策】
- 多文化共生社会の形成
  - 新たな交流や多様なかわり方の促進

**基本目標** 恵まれた自然環境を保全し、環境負荷の軽減を進める

- 【主要施策】
- 資源循環型社会の形成
  - カーボンニュートラルの実現

**基本目標** 多様な主体による協働と共創のまちづくりを進める

- 【主要施策】
- 協働・共創・市民参画の体制・仕組みづくりの推進
  - 学生・生徒が参画するまちづくりの推進

**基本目標** 効率的・効果的で持続可能な行財政運営を進める

- 【主要施策】
- 公共施設マネジメントの推進
  - 広域的なまちづくりの推進
  - 自治体DXの推進



# 市営住宅・特定公共賃貸住宅の入居者募集

## 市営住宅の入居について

毎年9月と3月に入居者の募集をしています。

- 入居資格**
- 住宅の確保に大変困っている方
  - 世帯全員の収入月額が、158,000円以下の方
  - 親族2人以上で入居できる方(特例で単身入居できる場合もあります)
  - 市税等を滞納していない方
  - 条件を満たす連帯保証人が1人いる方

※住宅にお困りの方へ適切に住宅を提供するため、困窮要件を勘案し、入居者選考委員会において入居順位を決定します。

**対象住宅** 市営住宅(12団地)の空室

- 申込期間**
- 3月6日(月)～3月10日(金) 8:30～17:15
  - 3月12日(日) 9:00～13:00
- ★入居順位は3月下旬に射水市営住宅管理事務所にて発表します。
- ※3月11日(土)は休業

## 特定公共賃貸住宅の入居について

随時募集しています。

- 入居資格**
- 親族2人以上で入居できる方(単身入居はできません)
  - 世帯全員の収入月額が158,001円以上487,000円以下の方
- その他の条件は市営住宅の入居資格と同様です。



## 申込方法

市営住宅・特定公共賃貸住宅のいずれも入居申込書に所定の書類を添付し、直接射水市営住宅管理事務所に提出してください。

※詳細は、(株)ホクタテ 射水市営住宅管理事務所 ホームページをご覧ください。

《URL》<http://www.hokutate.co.jp/building/imizu/>

## 申込み・問合せ先

〒939-0274 射水市小島3724(アブリオ内)  
 (株)ホクタテ 射水市営住宅管理事務所  
 ☎54-6665



# 新型コロナワクチン接種



市ホームページ

公費(無料)で接種を受けられる期間(特例臨時接種)は、現在のところ令和5年3月31日までです。

## ◆オミクロン株対応2価ワクチン接種

一人1回接種できます。過去の接種歴の違いにより、接種が3回目、4回目、5回目になります。2月以降は接種ができる医療機関が縮小されます。

**使用するワクチン** オミクロン株対応2価ワクチン

**対象者** 12歳以上で初回(1・2回目)接種が完了しており、前回の接種から3か月が経過した方

### 初回(1・2回目)接種を受けていない方へ

接種を希望される場合は、ワクチン接種推進班へご連絡ください。(☎51-6631)

## ◆小児(5~11歳)接種・乳幼児(6か月~4歳)接種

乳幼児のワクチン接種は、特例臨時接種の実施期間が現在のところ令和5年3月31日までのため3回目の予約はできませんが、2回接種でも一定の効果が期待されますので、可能な範囲で接種をご検討ください。

## ◆接種券の再発行について

- 紛失等で接種券の再発行が必要な方は、コールセンターへご連絡ください。(☎0120-600-124)
- 以前の住所地で接種歴があり、その後射水市へ転入された方は、接種券発行のため手続きが必要です。接種履歴届、接種済証の写しをワクチン接種推進班へ提出してください。



転入された方の手続きについて

**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  
 新型コロナウイルスワクチン接種推進班 ☎51-6631 Fax 51-6698

# 明日の射水を担う 若者定住助成金制度

奨学金を利用して大学などへ進学された学生さんのUターン・Iターンを支援します!

対象者

Uターン型

射水市の奨学金を利用して  
 県外の大学等に進学した自  
 宅外生で、卒業後就職し、  
 市内に定住された方

Iターン型

日本学生支援機構の奨学金を利用  
 して射水市内の大学等へ進学した  
 県外出身の学生で、卒業後就職し、  
 市内に定住された方

**助成金額** 奨学金年間返還額の2分の1の額(ただし、**年額96,000円以内**)

**助成期間** 最大10年間(毎年申請が必要です。)

**助成要件** 対象者のうち、次の(1)または(2)のいずれかを満たし、かつ(a)~(d)までの要件を全て満たす方

- (1)既に射水市内に居住しており、平成27年4月1日以降に奨学金の返還を始めた方
- (2)既に奨学金の返還を始めており、平成27年4月1日以降に新たに射水市に住民登録した方
- (a)現に就業されている方
- (b)奨学金の返還を怠ったことの無い方
- (c)市税等の滞納が無い方
- (d)助成を受けようとする年度の1月1日を基準として、1年以上射水市内に居住している方

**申請締切日** 2月17日(金)

**申請・問合せ先** 観光・定住課定住促進係(大島分庁舎) ☎51-6676



詳しくはこちら



## 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

### 【一般図書】

- 和室礼讃 松村 秀一
- 新種発見! 馬場 友希
- 小説作法の奥義 阿刀田 高
- 超絶技巧の西洋美術史 池上 英洋
- 復元イラストでみる! 人類の進化と旧石器・縄文人のくらし 工藤 雄一郎

### 【小説・エッセイ】

- ワンダーランド急行 荻原 浩
- 妖の絆 菅田 哲也
- 一睡の夢 伊東 潤
- 樹林の畏 佐々木 譲
- 継ぐ者 上田 秀人
- 罪の境界 薬丸 岳
- 名探偵の生まれる夜 青柳 碧人
- 笑犬楼VS偽伯爵 筒井 康隆
- 笑犬楼VS偽伯爵 他
- モンスター・ホテルでうたいましたよ

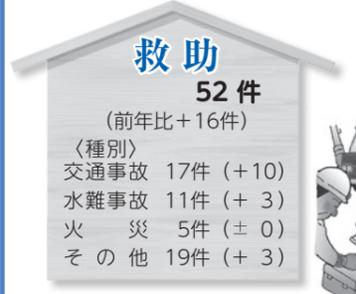
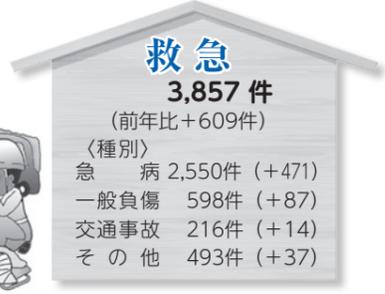
- いつか空の下で 柏葉 幸子
- 作って発見!日本の美術 金子 直子
- 光るマウスが未来をかえる 森川 信久
- 成美

### 2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				

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

- 「なにかつくってみよう」(一般書)
- 「鬼もいろいろ」(児童書)
- 国際小児がんデー「知ってください」小児がんの「こ」展 期間 2月9日(休)~2月21日(火) 会場 中央図書館
- ひなまつり児童集会 日時 2月25日(出) 午前11時~ 会場 新湊図書館
- 内容 ひなまつりに関する絵本・紙芝居・読み語り など
- 推奨図書の展示
- 【郷土資料】も一つ一つの飛騨街道 宮村 光治
- 【図書の企画展示・イベント】
- いちごハウスのおくりもの えがしら みちこ
- マジカルカレンダー 吉野 万理子
- どうぶつどっちからよんでも 高島 純
- ふしぎな図書館とよっかいな相棒 廣嶋 玲子



#### 火災

出火件数は、建物火災7件、車両火災1件、その他3件の計11件で、前年と比べ3件増加しました。  
このうち、建物火災による焼損棟数は7棟(半焼1棟・ぼや6棟)で、前年より4棟減少しました。  
なお、火災による死傷者数は、前年と同じく負傷者3人でした。

#### 救急

救急出動件数は3,857件、搬送人員は3,669人で前年に比べ、出動件数では609件の増加、搬送人員では523人の増加となり、いずれも過去最多となりました。  
事故種別では、急病が2,550件と最も多く、搬送人員は2,421人でした。  
また、年齢別にみると、65才以上の方が2,508人で全体の約68%を占めました。

#### 救助

救助出動件数は52件で、前年に比べ16件増加しました。  
救助人員は31人で前年に比べ15人増加しました。

問合せ先 射水市消防本部 防災課  
☎56-9488



## 公的年金等の源泉徴収票は届きましたか

令和4年中に厚生年金、国民年金等の老齢または退職年金を受け取られた方には、日本年金機構から「令和4年分の年金等の源泉徴収票」が送付されています。これは、確定申告の際の添付書類として必要ですので大切に保管してください。  
※受け取っている年金が、障害年金や遺族年金の方は、所得税の課税対象とならない(非課税)ため、源泉徴収票は送付されません。

### 「再交付を受けるには」

ねんきんダイヤルや高岡年金事務所における電話での受付は、**基礎年金番号、氏名、電話をかけた方**の氏名、本人との続柄等を確認したうえで、日本年金機構に登録されているご本人の住所へ郵送されます。発送まで2週間ほどかかります。

●ねんきんダイヤル  
☎0570-105-1165  
(050で始まる電話でおかけの場合は、031-6700-1165)

●高岡年金事務所お客様相談室  
☎0766-211-4180  
(音声案内が①番・②番)

※日本年金機構ホームページのねんきんネット内でも再交付申請および送付された源泉徴収票の画像ファイルの確認が可能です。

### 「予約相談をご存じですか」

現在、年金事務所では、お客様の待ち時間の解消として、予約相談を実施しております。年金事務所に相談のある方は、左記の「予約受付専用電話」または年金事務所に事前に予約してからの来訪していただきますようお願いいたします。

●予約受付専用電話  
☎0570-105-4890

### 出張年金相談

事前に予約をお願いします。  
■場所：射水市本庁舎1階104相談室  
■日時：2月21日(火)午前10時～午後3時  
■予約：高岡年金事務所 ☎21-4180  
(音声案内①番・②番)  
※基礎年金番号の分かるものや身分証を持参ください。

問合せ先 高岡年金事務所 ☎21-4180  
(音声案内は①・②番)  
射水市保険年金課 ☎51-6628



日本年金機構ホームページ

# マイナンバーカードの申請はお済みですか

最大2万円相当のポイントがもらえるマイナポイント第2弾のキャンペーンの対象者は、マイナンバーカードを既にお持ちの方のほか、**2月末\*までにカードの交付申請**をされた方が対象です。マイナンバーカードをお持ちでない方は、この機会に交付申請を行きましょう。

※マイナポイントの対象となるカードの申請期限は、12月末までから**2月末までに延長**されました。

お買い物で使える  
最大2万円相当の  
ポイントが  
もらえます!!

## 1 マイナンバーカードの申請方法

- (1) 各地区センター来庁による交付申請**  
新湊、小杉、大門、下の各地区センターでは、申請サポートや写真撮影を無料でを行います。運転免許証などの本人確認書類をお持ちになり、本人が地区センターにお越しください。
- (2) 郵送による交付申請**  
マイナンバーカード交付申請書に必要事項を記入し、顔写真を貼付して郵送してください。  
(交付申請書がお手元に無い場合は、市民課へ電子メールや電話で発行を依頼してください。)
- (3) 携帯電話ショップ来店による交付申請**  
総務省の委託事業により、全国の携帯電話ショップで申請サポートや写真撮影を無料でを行います。本人が携帯電話ショップに来店してください。

## 2 マイナポイント第2弾の概要

- 申込によりスーパーマーケットのお買い物などで使える**最大2万円相当**のポイントがもらえます。
- キャンペーン1**：マイナンバーカードを取得された方(取得済の方を含む)に**5,000円相当**のポイント
  - キャンペーン2**：健康保険証としての利用申込みで**7,500円相当**のポイント
  - キャンペーン3**：公金受取口座の登録で**7,500円相当**のポイント

## 3 マイナポイント第2弾の申込方法

- 市役所本庁舎で申込みの支援を行っていますので、①～④をお持ちになり本人がお越しください。
- ①マイナンバーカード
  - ②マイナンバーカードの暗証番号(数字4ケタ)
  - ③キャッシュレス決済サービス用のIDとセキュリティコード(スーパーマーケットのポイントカードなど)
  - ④預金通帳(本人名義の口座がわかるもの)

## 4 マイナポイント第2弾の申込期限

カードを申請された方のポイント申込期間を勘案し、今後国から公表されます。

公表されましたら、市ホームページや市公式LINEなどでお知らせします。

問合せ先 射水市総合フリーダイヤル  
☎0120-95-0178  
市民課 ☎51-6621  
E-mail shimin@city.imizu.lg.jp



詳細は、市ホームページをご覧ください。

# 射水市民病院

各種問合せ先 ☎82-8100  
<http://hosp.city.imizu.toyama.jp/>

「骨粗鬆症予防教室(毎月第2水曜日・13時～)」を実施しています!【場所:診療棟3F会議室】

## 胆石症について

内科部長 西水 俊准 市民病院

胆石とは、胆汁に含まれる成分が凝縮されて結晶化し、固まったものです。胆汁とは、脂肪やビタミンの消化吸収を助ける消化液であり、肝臓で作られたあとに右上腹部にある胆のうに貯めておき、胆管という管を通過して十二指腸へ分泌されます。これら一連の胆汁の流れを胆道と呼び、この胆道に石ができた状態を胆石症と呼びます。

胆石は約80%が胆のうに、約20%が胆管に発生し、それぞれ「胆のう結石」「胆管結石」と呼ばれます。胆石症は無症状のこともあります。突然の激しい上腹部痛(中央から右側にかけて)が典型的であり、腹痛は脂肪の多い食事をとった後や食べ過ぎた後に起きやすいです。また、胆石が原因で胆汁の流れがせき止められ黄疸(皮膚や白目が黄色くなる)を起こし、さらに細菌の感染が加わると、高い発熱が起こります。胆管結石では、感染し

た胆汁が血液中に逆流し、敗血症という重篤な状態になることもあります。症状のある胆石症については治療が必要となります。胆のう結石については手術をお勧めすることになり、炎症の程度や腹部手術歴などを判断し、腹腔鏡手術または開腹手術の判断・選択を行います。胆管結石では内視鏡治療もあり、胆汁が流れるように胆管内にチューブを留置、またはバスケット(胆石を取り出す器具)を使って胆石の除去を行います。

無症状の胆石症については基本的に経過観察でよいとされますが、その後約10年間で20～30%の方が発症されるため、年齢や重症化の可能性、ご本人の希望などをふまえて治療または経過観察となります。



# 2月号 保健だより

問合せ先  
保健センター ☎52-7070

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」



## ●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。

◎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。  
◎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。

事業名	対象者	日程	受付時間
3～4か月児健康診査	R4年10月1日～18日生	2月7日(火)	午後5時～6時30分 午後6時～7時30分 午後7時～8時30分
	R4年10月19日～29日生	2月22日(水)	
	R4年10月30日～11月10日生	3月3日(金)	
	R4年11月11日～19日生	3月7日(火)	
	R4年11月20日～30日生	3月14日(火)	
1歳6か月児健康診査 (むし歯予防教室をあわせて実施)	R3年6月19日～7月3日生	2月3日(金)	午後5時～6時30分 午後6時～7時30分 午後7時～8時30分
	R3年7月4日～15日生	2月9日(木)	
	R3年7月16日～26日生	2月15日(水)	
	R3年7月27日～8月10日生	3月9日(木)	
	R3年8月11日～23日生	3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)	R1年7月28日～8月5日生	2月2日(木)	午後5時～6時30分 午後6時～7時30分 午後7時～8時30分
	R1年8月6日～18日生	2月8日(水)	
	R1年8月19日～9月5日生	2月16日(木)	
	R1年9月6日～19日生	3月2日(木)	
	R1年9月20日～30日生	3月8日(水)	
むし歯予防教室 ※申込者のみ	2歳児	R3年2月生 R3年3月生	2月10日(金) 3月1日(水)
	2歳6か月児	R2年8月生 R2年9月生	2月17日(金) 3月10日(金)
	3歳児	R2年2月生 R2年3月生	2月28日(火) 3月23日(木)
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	2月18日(土) (定員に達しました) 3月5日(日) (定員に達しました)	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	2月21日(火) 3月17日(金)	9:45～10:00
育児相談	乳幼児	2月1日(水) 3月3日(金)	<予約時間> ① 9:00 ② 9:30 ③ 10:00 ④ 10:30

## 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。

## ●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	
2月5日(日)	のざわクリニック(大門) 【外】【内】【胃腸】【こう門】 ☎51-6051	矢野医院(本町) 【内】 ☎82-5150	医療法人社団鈞谷歯科医院(高岡市江尻) ☎24-5005
2月11日(土祝)	真生会富山病院(下若) 【内】【小児】 ☎52-2156	中新湊内科クリニック(中新湊) 【内】【小児】【皮膚】 ☎82-2000	ふかだ歯科医院(高岡市福岡町大滝) ☎64-8002
2月12日(日)	木田小児科医院(東太閤山) 【小児】 ☎57-1525	赤江クリニック(堀岡) 【内】【脳神経外】 ☎86-1420	かねこ歯科医院(高岡市中曽根) ☎54-5439
2月19日(日)	佐野内科クリニック(黒河新) 【内】【神経内】 ☎57-0811	浅山外科胃腸科医院(八塚) 【外】【胃腸】 ☎52-3553	M森永歯科クリニック(本町) ☎84-8214
2月23日(木祝)	真生会富山病院(下若) 【内】【小児】 ☎52-2156	麻生内科放射線科医院(中新湊) 【内】 ☎82-3710	医療法人四彩会 吉江歯科クリニック (高岡市赤祖父) ☎54-0418
2月26日(日)	レディースクリニックむらた(橋下条) 【産】【婦人】 ☎57-4141	梅崎クリニック(海老江) 【内】【放射線】【小児】 ☎86-8420	歯科クリニック福井(高岡市佐野) ☎24-7650

◎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 ▶▶▶ <https://imizu-med.com/>

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。

## 血糖・脂質・血圧がちょっと高めのあなたへ

令和4年度の健康診査の結果はいかがでしたか？  
メタボではないけれど、血糖・脂質・血圧が少し気になるあなたへ健康相談会・教室を開催します。  
下記日程から選び、保健センターへお申し込みください。

●健康相談会 保健師・栄養士による個別相談(所要時間40分～50分)

開催日	会場	時間(要予約)
2月13日(月)	保健センター	① 9:00～ ② 10:00～ ③ 11:00～
2月22日(水)	クロスベイ新湊	① 13:30～ ② 14:30～
2月28日(火)	救急薬品市民交流プラザ	③ 15:30～

●教室 詳細は市ホームページを確認ください

教室名	開催日	会場	時間(要予約)
減ら脂ます！ 脂質改善教室	2月10日(金)	救急薬品 市民交流プラザ	13:30～15:30
STOP！ 高血糖教室	2月16日(木)	射水市役所 201会議室	13:30～15:40

●持ち物 令和4年度特定健康診査の結果

●参加費 無料

●予約方法 電話またはインターネット

教室の詳細  
インターネット  
予約はこちら▶▶



※特定保健指導利用券が届いている方は、特定保健指導を受けましょう。

来所が難しい方は、平日10:00～16:00のご希望の日時に、訪問による相談を行います。  
電話でお申し込みください。



## ヒートショックを予防して、入浴を楽しもう！

入浴は、疲労回復、リラックス効果など、心身の健康につながります。  
しかし、寒い時期はヒートショック(血圧の急変動)を主な原因とした、入浴中の事故が発生しやすくなります。

### ヒートショックを防ぐポイント

- 脱衣所や浴室を暖かく
- 入浴前は、家族に声をかける
- 心臓に遠いところからかけ湯をし、体を慣らす
- 湯温は41℃以下、入浴は10分までがおすすめ
- 浴槽から上がるときはゆっくりと
- 入浴前後に水分補給をして、脱水症状を予防
- 食べてすぐや飲酒後、体調が悪い時は入浴を控える



## 射水市子ども及び妊婦のインフルエンザ予防接種を市外医療機関で受けられた方へ

接種料金の助成金の申請手続(償還払い)の期限は令和5年2月28日(火)までです。

〈提出先〉

保健センターまたは  
母子総合相談室(子ども子育て総合支援センター3階)



## 令和4年度不妊治療費・不育症治療費の助成申請はお早めに!!

不妊治療費	助成限度額	夫婦1組に対して1年度あたり10万円 ※特例措置の場合、その治療に対して1年度あたり30万円
	申請期限	特定不妊治療：1回の治療終了日から1年以内 一般不妊治療：診療日から1年以内
不育症治療費	助成限度額	1回の治療につき30万円
	申請期限	1回の治療終了日から1年以内

不妊治療費、不育症治療費の助成の詳細については、市ホームページをご確認ください。



※不妊治療費及び不育症治療費助成の限度額は申請された年度ごとの限度額となります。

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～

I 1日5皿の野菜料理で  
いみずのACE(エース)をねらえ!





詳しくは、問合せ先へご確認ください。

### 募集

#### 新湊博物館 リーフレット掲載広告

##### 広告媒体および規格

展示会スケジュールリーフレット

A4判両面印刷、3ツ折、縦長、フルカラー

##### 発行部数および配布先

10,000部

来館者、市公共施設、県内外の博物館・美術館、図書館、文化施設、福祉施設、旅行代理店など

##### 広告の規格

裏表紙に1枚

タテ50mm×ヨコ85mm

フルカラー

##### 広告掲載期間

令和5年4月1日～

令和6年3月31日

##### 広告掲載料

50,000円

##### 申込方法

広告掲載申込書および広告原稿案を新湊博物館へご郵送またはご持参ください。

### 案内

#### 射水市シルバー人材センター入会説明会

##### ①日時

2月9日(木) 午前10時

##### ②日時

2月21日(火) 午前9時30分

##### 場所

高周波文化ホール

##### 場所

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

#### 庁舎のATMが入れ替わります

本庁舎東側に設置されているATMの機器入替作業に伴い2月13日(月)～2月15日(水)の間、利用できません。また取扱業務の内容が一部変更となります。



詳細はこちら  
ATMのサービス内容

##### 問合せ先

資産経営課

☎51-6617

**申込締切日** 2月27日(月)  
※詳細は、市および博物館ホームページと、博物館、市役所本庁舎・分庁舎、各地区センターの受付にある募集要項をご覧ください。  
**申込み・問合せ先**  
新湊博物館  
☎83-0800

#### 介護認定調査員 (会計年度任用職員)

**資格** 介護支援専門員または保健師、看護師、社会福祉士、介護福祉士のいずれかの資格があり、普通自動車免許を有する者  
**募集人員** 1名  
**勤務場所** 介護保険課(市役所本庁舎)  
**期間** 令和5年4月1日～令和6年3月31日(更新有)  
**勤務時間** 午前8時30分～午後5時  
**給料** 178,000円/月  
**期末手当** 有  
**募集期限** 3月10日(金)  
**問合せ先** 介護保険課認定係  
☎51-6627

#### 水道業務嘱託社員

**募集人員** 1名  
**業務内容** 給排水工事受付および検査業務、その他関係

#### 防災行政無線などによる 情報伝達試験について

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が実施されます。なお、実災害等が発生した場合は中止となります。  
**日時** 2月15日(水)午前11時頃  
**伝達方法** 市内全ての屋外拡声子局、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。」  
「こちらは射水市です。」

※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



#### 介護予防・生活支援サービス従事者養成研修

若い方からシニアの方まで大歓迎!あなたのパワーを必要としています。

連・付随業務  
**労働条件** 163,000円(月額換算)  
167,000円(月額換算)  
月平均労働日数20・0日  
**通勤費支給**(マイカー通勤可能・駐車場有) 雇用・労災・健康・厚生保険加入  
**勤務** 平日 午前8時30分～午後5時30分  
土日祝、年末年始休み  
給排水工事経験者歓迎します!

**問合せ先**  
上下水道お客様センター  
☎84-9642

#### (一財)射水市公園等 管理業務(公社)作業員

**業務内容(その1)**  
市内都市公園の草刈、芝・樹木等の管理業務  
週4日(3月から12月勤務) 若干名  
**業務内容(その2)**  
太閤山ランド内の草刈、芝・樹木等の管理業務  
週5日(通年勤務) 若干名  
**募集期限** 2月14日(火)  
※その他、詳細についてはお問合せ下さい。

**問合せ先** (一財)射水市公園等管理業務公社  
☎50-8526

介護に関する基礎知識を学んで射水市内介護保険事業所で家事援助等のお仕事をしませんか(受講修了者の受入を希望する事業所の一覧表を配付します)。また、ボランティアとして、各地域で取り組まれている「地域支え合いネットワーク事業」などの地域福祉活動に参加してみませんか。  
**日時** 2月16日(木)、17日(金)  
午前9時～午後4時(2日間)  
**場所** 救急薬品市民交流プラザ3階会議室  
**定員** 50人  
地域包括支援センターやコミュニティセンターにある申込書をFAXまたはメールにて、地域福祉課までご提出ください。  
**申込期限** 2月10日(金)  
**受講料** 無料  
**申込み・問合せ先**  
地域福祉課  
☎51-6625  
FAX 51-6657  
Email: chiki@city.imizu.lg.jp  
申込書はこちら

#### すてっぴカフエ家族会

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** 2月25日(土)  
午後1時30分～3時30分

#### ご寄附ありがとうございます

- 北陸ポートサービス株式会社 代表取締役社長 加治 幸大 様  
**チューリップ栽培セット 3,000セット (150万円相当)**
- 株式会社 エスタディオ(神奈川県) 代表取締役社長 中西 純穂 様  
**遊具・保育備品等 (30万円相当)**

#### 今月の納税

**固定資産税 第4期**  
**国民健康保険税 第8期**  
納期限 **2月28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

#### 「オンライン英会話講座」参加者募集

アメリカ出身の射水市国際交流員と英語で話してみませんか。

- 日時 2月18日(土) 13:00～14:00
- 内容 ・テーマトーク「趣味や好きなこと」  
・ガイド講座「富山の魅力を外国人に伝えよう!」  
アメリカ在住の方にもゲストでご参加いただけます。  
オンラインZOOMを利用
- 形式 10名(申込順)
- 対象 英語で日常会話のできる方
- 参加費 無料
- 申込期限 2月13日(月)

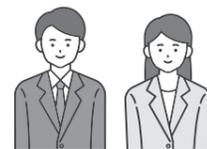
**申込み・問合せ先**  
射水市民国際交流協会  
☎・FAX52-6811  
Email: icia@bz03.plala.or.jp



**「2月7日は北方領土の日です。」** **問合せ先** 総務課 ☎51-6615

#### 射水市役所就職説明会

- 日時・定員 3月3日(金)  
第1回 13:30～ 20名  
第2回 15:30～ 10名(オンライン開催)
- 内容 ①市の概要や主要施策  
(参加者には事前に動画を配信します)  
②先輩職員の仕事体験談、先輩職員との車座トークなど  
③庁舎内見学(第1回参加者のみ)
- 対象者 市職員(行政職)に興味・関心のある方
- 場所 射水市役所本庁舎
- 申込期限 2月17日(金)まで
- 申込方法 市ホームページの「射水市職員採用情報」からお申し込みください。  
※申込みは、定員になり次第、締め切ります。



**問合せ先** 人事課 ☎51-6613

#### 射水市役所技術職現場見学会

- 日時・定員 2月24日(金) 13:00～17:00 6名
- 内容 技術職職員の業務説明、若手職員とのフリートーク、事業実施現場の見学など
- 対象者 市技術職員(土木職)に興味・関心のある方
- 場所 射水市役所大島分庁舎
- 申込期限 2月17日(金)まで
- 申込方法 市ホームページの「射水市職員採用情報」からお申し込みください。  
※申込みは、定員になり次第、締め切ります。



**問合せ先** 人事課 ☎51-6613



申込はこちら



申込はこちら



## とやま呉西圏域連携事業 「歴史文化の学び交流事業」交流講座

- 講師 渡邊一美氏 南砺市立福光美術館 学芸員
- 演題 「南砺市ゆかりの作家たち 石崎光瑤～至高の花鳥画を求めて」
- 日時 3月5日(日) 13:30～15:00
- 会場 当館ガイダンスルーム
- 定員及び参加料 20名/聴講無料
- 参加申込方法 電話でお申込みください
- 参加申込受付開始 2月10日(金) 9:00～  
(先着順で締め切り)



申込み・問合せ先 新湊博物館 ☎83-0800

## 就活フェスin高岡テクノドーム

- 内容 約100社の呉西地域の企業が参加する企業説明会を開催します。
- 日時 3月7日(木)10:30～16:30
- 場所 高岡テクノドーム (高岡市二塚322-5)
- 対象 2024年卒業予定生、2023年卒業生、既卒者、転職者、留学生
- 参加費 無料



問合せ先 就業マッチング支援事業協同企業体(株協和総商内) ☎21-0636 (平日9:00～17:00)

## 射水市農業委員会委員が決定しました 北田 幹夫さん(池多)

射水市農業委員会委員の欠員に伴い、新たな委員が選任されました。  
農地にかかる困りごとは農業委員にご相談ください。  
任期は、令和5年12月17日までです。

問合せ先  
農業委員会事務局  
☎51-6685

## 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 ～甘い誘惑～

日時 2月11日(土・祝)、12日(日) 11:00～16:00  
場所 2階 iCNホール

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Instagramをチェック!



## 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

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	2月25日(土) 14:00～15:00
場所	新湊交流会館
定員	12名
対象者	どなたでもどうぞ
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

### ビューティ・ヨガ

輝く女性のキレイを応援!!

日時	2月18日(土) 14:00～15:00
場所	いきいき長寿館
定員	20名
対象者	どなたでもどうぞ
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

### NAOのダンス やってみよう

初めてでも大丈夫!  
ダンス大好きっ子集まれ

日時	2月18日(土) 15:15～16:00 2月25日(土) 15:15～16:00
場所	いきいき長寿館 新湊交流会館
定員	20名 10名
対象者	小学生以下
受講料	100円
持ち物	飲み物、汗ふきタオル 動きやすい服装 内履き
申込期限	開催日前日まで
申込方法	電話受付

### 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	2月16日(木) 10:00～11:00
場所	新湊交流会館
定員	15名
対象者	どなたでもどうぞ
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

### 囲碁・将棋教室

お一人の参加もOK  
お気軽にどうぞ

日時	2月14日(火) 10:00～12:00 2月28日(火) 10:00～12:00
場所	いきいき長寿館
定員	—
対象者	どなたでもどうぞ
受講料	無料
持ち物	—
申込期限	申込不要
申込方法	—

問合せ先 新湊交流会館 ☎82-8451 いきいき長寿館 ☎84-1030



## 射水市燃料価格高騰対策 貨物運送事業者支援事業補助金の 申請はお済みですか?

燃料費等の価格高騰の影響を受ける市内の貨物運送事業者(一般貨物、特定貨物、貨物軽自動車)の事業継続および経営安定化を図るため、燃料購入費用の一部を支援しています。

申請期限 2月15日(水) ※郵送の場合は、消印有効

- 助成金額
- 貨物軽自動車以外の車両(緑ナンバー)  
1台あたり3万円
  - 貨物軽自動車(黒ナンバー)  
1台あたり2万円

申請方法 市ホームページからご確認ください。

### 問合せ先

商工企業立地課 ☎51-6675  
(一社)富山県トラック協会  
☎076-495-8800



## 学校体育施設を開放しています

市では、学校教育上支障のない範囲で学校体育施設を開放し、市民の皆様にご利用いただいています。令和5年度に学校体育施設開放校の体育館・グラウンドを使用したい団体は登録をお願いします。  
2月10日(金)までに下記の申請窓口にお申し込みください。

地区	対象の学校	申請窓口
新湊	小学校 放生津・新湊・作道・片口・堀岡・東明・塚原	射水市体育協会 (新湊アイシン軽金属スポーツセンター内) ☎82-8278
	中学校 新湊・新湊南部・射北	
小杉	小学校 小杉・歌の森・太閤山・中太閤山・金山	ビルト・プレイズ歌の森体育館 (小杉体育館) ☎56-6443
	中学校 小杉・小杉南	
大門大島	小学校 大門・大島	大門総合体育館 ☎52-4655
	中学校 大門	

- 開放時間 18:00～21:30(日曜日を除く)
- 使用料 体育館460円/回 グラウンド(夜間照明)600円/時間  
※グラウンドは12月から3月まで使用できません。

### ●その他

- 登録できるのは、射水市に在住、勤務、在学する10名以上の団体です。
- 登録受付後、各地区使用調整会議に出席してください。調整会議は年間3回あります。(団体登録しない、または使用調整会議に出席しない団体は使用できません。)
- 体育館・グラウンドの開放、夜間照明の有無については各学校で異なります。
- 別途登録することで地区体育施設も使用できます。詳しくは下記までお問い合わせください。

問合せ先 生涯学習・スポーツ課 ☎51-6637

## 投票事務会計年度任用職員の募集

射水市選挙管理委員会では、令和5年4月9日(日)執行予定の富山県議会議員選挙において、期日前投票事務および当日投票事務に従事する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  
4月1日(土)から4月8日(木)までの8日間のうち選挙管理委員会が指定する6日間程度  
8:30～12:30、12:30～16:30、16:30～20:00のいずれかの時間帯
- 投票日当日  
4月9日(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 各投票所(期日前:市内3か所、当日:市内33か所)のうち選挙管理委員会が指定する場所
- 賃金 時給910円 ※交通費の支給はありません。
- 募集人数 30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方
- ・いずれの投票所へも通勤が可能な方  
※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、射水市の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 3月3日(金)まで ※郵送の場合は必着

### 問合せ・郵送(持参)先

〒939-0294 射水市新開410番地1  
射水市役所市庁舎4階 総務課内  
射水市選挙管理委員会事務局 ☎51-6640



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 2月の休館日 7日、14日、21日、28日 ☎56-1515

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~ 好評発売中!

3月5日(日) 14:15開場 15:00開演
入場料 全席指定
一般 3,500円
(会員3,200円/当日4,000円)
高校生以下 1,000円
(会員 900円)
※未就学児入場不可



クラシック入門講座を各地で開催し、人気を博している作曲家/ピアニストである加藤昌則が、ヴァイオリンに成田達輝、チェロに佐藤晴真を迎えておくる解説付き名曲コンサート。

いみずシビックウインドオーケストラ 第6回定期演奏会 入場無料!

3月26日(日) 13:30開場 14:00開演

ゲスト: ヴァイオリン/大和加奈(東京都交響楽団)
バリトンサクソフォン/本堂 誠(東京藝術大学講師)



ホール利用申込抽選会のご案内 3月1日(火) 10:00~ 対象期間(ホール) 令和6年3月1日(金)~3月31日(日)

高周波文化ホール(新湊中央文化会館) 2月の休館日 6日、13日、20日、27日 ☎82-8400

彩り楽園 楽園祭 入場無料!

2月25日(土)・26日(日) 会場 展示室 他 9:30~17:00

令和4年に開催した「彩り楽園~生活に彩りを~」の各講座の発表会・体験・展示です。みなさんのお越しを心よりお待ちしております。お気軽にご参加ください!
O25日 13:30~14:00 大正琴・ヴィオラ 発表会
14:10~14:40 女声コーラス カラフル 発表会
O26日 13:30~14:30 やさしいヨーガ 体験会【体験料500円】
※ご希望の方は事前に会館へお申込みください
O25日・26日 9:30~17:00 (26日~16:30) 日本画講座作品展



射水市吹奏楽フェスティバル2023 入場無料!

3月11日(土) 会場 大ホール 開場 16:00 開演 16:30

射水市内を拠点に活動する吹奏楽団体による演奏会です。各団体による多彩な演奏をお楽しみください!
【出演予定団体】※都合により変更となる場合がございます
いみずシビックウインドオーケストラ、ウインドアンサンブル一期一会、小杉高校吹奏楽部、小杉中学校吹奏楽部、新湊小学校管楽器クラブ&管楽器クラブサポーター、新湊南部中学校吹奏楽部、大門高校吹奏楽部、大門中学校吹奏楽部、富山プレジールウインドオーケストラ



声楽研究グループ ヴォア・ナチュラルpresents 入場無料!

春のいぶきコンサート2023

3月19日(日) 会場 小ホール 開場 13:30 開演 14:00

ホール専属アーティストでソプラノ歌手 金川睦美さんが代表を務める声楽グループ「ヴォア・ナチュラル」の発表会を兼ねて毎年開かれているコンサートで20年目を迎えます。新鋭ピアニスト明真琳さんがゲスト出演します。お気軽にクラシックをお楽しみください!
【予定曲】「ウエスト・サイド物語」より トゥナイト
「ランメルモールのルチア」より あたりは沈黙に閉ざされ
「ラクメ」より 若いインドの娘はどこへ <<鐘の歌>> 他



新湊博物館 2月の休館日 7日、13~16日、21日、24日、28日 ☎83-0800

企画展「小杉焼に魅せられて」

期間 開催中~2月12日(日)

企画展「花いろいろ」

期間 2月17日(金)~4月16日(日)
古来より、花はその美しさから芸術のモチーフとされ、装飾や絵柄、文様として使われてきました。当館収蔵資料からいろいろな花を紹介します。



大島絵本館 2月の休館日 1~3日、6日、13日、20日、27日 ☎52-6780

〈カフェ ギャラリー〉シゲリカツヒコ 絵本原画展

会期 2月4日(土)~3月30日(日)

内容 インパクトのある緻密な絵と奇想天外な物語。読者を「あっ」と驚かせるシゲリカツヒコさんの2冊の絵本原画をお楽しみください。



〈イベント〉公募絵本ライブV

日時 2月26日(日) 10:00~12:00 13:00~15:30

場所 シアター 出演 一般応募者
内容 絵本をテーマとした幅広い表現活動のライブ公演



〈カフェ ギャラリー〉こねこねKOBOちいさなねこ展

会期 2月4日(土)~2月21日(火)

内容 オープン粘土と紙粘土でつくる小さな猫の作品の展示販売

氷見長徳 作品展

会期 2月22日(水)~3月3日(金)
内容 絵画作品の展示販売

小杉展示館 2月の休館日 6日、13日、20日、27日 ☎55-3338

【第18回児童書初め展】開催中

日時 ~2月9日(日) 9:00~17:00(入館は16:30まで)

【第11回児童版画展】

日時 2月18日(土)~3月12日(日) 9:00~17:00(入館は16:30まで)



竹内源造記念館 2月の休館日 6日、13日、20日、27日 ☎55-3288

型抜き鏝絵体験

申込 要電話予約 時間 1時間程度
体験料 500円~
季節の風物詩や生き物などのサンプルの中から好きな物をお選びください。



太閤山ランド 2月の休園日 7日、13日、14日、21日、24日、28日 ☎56-6116

雪の上で身体を動かそう!スノーシュー貸出中!

公園内をスノーシューを履いて冬の木々や動物の痕跡を探してみよう。
新しい発見があるかも?!
●レンタル料: 200円/3時間
●貸出場所: 公園管理センター
3月末まで 駐車場無料!



海王丸パーク 2月の定休日 1日、8日、15日、22日 ☎82-5181

パワーバレンタインウィーク HAPPY Valentine

開催日 2月9日(休)~14日(火)
〈9~13日〉ペアの方 乗船料半額
〈11・12・14日〉海王丸乗船者 チョコレートプレゼント 9:30~(数量限定)
〈14日〉海王丸の進水記念日 すべての方 乗船料無料
・海王丸非公開エリア特別公開見学会 10時、11時、13時、14時
・夜間公開 18:00~20:00(受付19:30まで)
・海王丸乗船者プレゼント(抽選)
幸せのペア帽子orベイクーと、べいとらいく乗車券

探鳥会

開催日 2月19日(日)
時間 8:30~10:30
場所 海王バードパーク(海王丸パーク隣)
費用 無料



海王丸非公開期間(船体整備)

期間 2月15日(水)~3月10日(金)

陶房「匠の里」 2月の休館日 7日、13日、14日、20日、21日、28日 ☎54-1201

「フラットプレート作り」教室

黒陶土のオシャレなお皿作り
実施日 2月11日(土・祝)、25日(日)
時間 9:30~12:00
定員 各10名(計20名)
料金 3,000円
申込み 電話にてお申込みください。



「はんことお皿作り」教室

粘土で作る可愛いはんことお皿作り
実施日 3月11日(土)、25日(日)
時間 9:30~12:00
定員 各10名(計20名)
料金 3,000円
申込み 電話にてお申込みください。

匠の里ギャラリーからのお知らせ

木下青月 作陶展 2月3日(金)~2月27日(月)

# まちかどフォトグラフ



## 元旦マラソン 日本一早くスタート！

〈1月1日(日)〉

射水市元旦マラソンが新湊会場と大門会場で3年ぶりに開催され、大勢のランナーが寒さに負けず走り初めを楽しみました。新湊会場では、日本一早い元旦マラソンとして午前0時に放生津八幡宮をスタートし、内川周辺と海沿いの3kmのコースを駆け抜けました。大門会場は午前9時に大門総合会館をスタートし、街中を爽やかに駆け抜け、参加者たちは心地よい汗を流しました。



## 鯨分け神事で家内安全・無病息災を願う

〈1月1日(日)〉

下地区にある加茂神社で新年慶賀祭の鯨分け神事が行われ、出世魚で縁起がいいとされる鯨を高々と掲げ、一年の家内安全・無病息災を祈りました。

加茂、倉垣小杉、柳瀬の3地区から重さ10キロ前後の塩鯨計6本が奉納され、野上宮司が祝詞を奏上しました。神事後、鯨は神前で切り分けられ、鏡餅と一緒に氏子の家に配られました。

## 一斉放水 色鮮やかに！一年の防災誓う

〈1月7日(土)〉

射水市の消防出初式が海王丸パークで行われ、消防団員や消防署員ら約500人が防火の決意を新たにしました。

今年初めて消防車両30台が堀岡側から新湊大橋をパレードし、海王丸パークに集結しました。各分団による分列行進のあとに行われた海王岸壁での一斉放水では、色鮮やかな放水に観覧者からは歓声があがりました。



## 無病息災を願い左義長まつり開催

〈1月9日(月・祝)〉

太閤山、中太閤山、南太閤山の3つの地域が主催する「第38回左義長まつり」が太閤山ランドで行われました。竹でできた約15メートルのやぐらに正月飾りや縁起物、書き初めなどが積み重ねられ、十社大神の神主による神事後、地元の児童ら8人がたいまつで火をつけると勢いよく炎が上がりました。会場には大勢の来場者が訪れ、燃え上がる炎に無病息災を願いました。

# 各種相談

### ●行政・人権相談 ☎51-6622

- 13:30~16:00
- 2月1日(水)、3月1日(水) 救急薬品市民交流プラザ
- 2月9日(木)、3月9日(木) 新湊交流会館
- 2月15日(水)、3月15日(水) 大門総合会館
- 2月28日(火)、3月28日(火) 射水市本庁舎
- 2月休み、3月9日(木) ※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
- 2月2日(木)、2月16日(木) 3月2日(木)、3月16日(木) 新湊交流会館 ☎82-8450
- 2月7日(火)、2月21日(火) 3月7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
- 2月10日(金) 13:30~15:30 新湊交流会館
- 2月24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(祝日を除く) 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
- 2月22日(水)、3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
- 2月16日(木) 13:00~16:00 高岡商ビル5階 相談日の1週間前の9:00から受付

### ●2月22日(水) 10:00~16:00

高岡商ビル5階 ※予約不要

### ●無料法律相談(要予約) ☎51-6615

- 2月22日(水) 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、希望月など必要事項を記入し提出
- 定員:6名(抽選)
- 締切:2月9日(木)消印有効
- 送付先:〒939-0294 新開410番地1 総務課2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
- 2月休み、3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)
- 2月15日(水)、3月1日(水) 10:00~15:00
- 3月15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)

- 2月19日(日) 10:00~15:00 太閤山ショッピングセンターパスコ ☎55-1298
- 2月19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

- 2月17日(金)、3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1月曜日、第1・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

- 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

- 2月14日(火) 13:30~16:30 新湊交流会館
- 3月14日(火) 13:30~16:30 救急薬品市民交流プラザ
- ※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

## 2月の

## 休日・夜間窓口



◀休日窓口 ▶マイナンバーカード 夜間予約交付

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	2月12日(日) 8:30~15:00
夜間	●マイナンバーカード交付(要予約)	2月20日(月)~24日(金) ※23日(木・祝)を除く 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)も行っています。

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。)

コンビニ交付 ▶



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

マイナポイントの申込支援を受けるには、  
●マイナンバーカードと数字4桁の暗証番号  
●キャッシュレス決済サービスのIDとセキュリティコード  
●通帳等の口座番号等がわかるもの  
が必要で、本人または法定代理人(未成年者の親権者等)のみ手続きできます。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階市民課 市ホームページ▶

Let's try!

食生活改善推進員の  
**おすすめレシピ**

# かぼちゃのミルク煮

エネルギー 103kcal 塩分 0.3g

**材料(2人分)**  
かぼちゃ ……1/8個(140g)  
牛乳 ……1/2カップ  
コンソメ ……1/4個

**作り方**  
①かぼちゃは一口大に切る。  
②鍋に①、④を入れ、火にかける。  
③沸騰したら火を弱め、10分ほど煮込む。

**調理時間 15分**

**食生活改善推進員のコメント**  
「あらかじめ、電子レンジでかぼちゃを加熱して柔らかくと、切り分けやすく、煮込み時間の短縮にもなります。」



かぼちゃは高血圧予防に  
有効なカリウムの含有量が  
トップクラス!



過去のレシピ一覧はこちら▶

みなさんの声を募集します! 実際にご覧いただい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

## 『富山県厚生部門 功労表彰』を受賞

森田信子さんは永年にわたり、母子保健推進員として地域での育児支援活動に尽力されたことを称えられ、表彰されました。受賞おめでとうございます。



母子保健推進員連絡協議会  
会長 森田信子さん

## 『こども・子育て応援 とやま賞(団体部門)』 を受賞

やまびこ会は、平成25年に発足して以来、約10年にわたり地域で発達障がい児をもつ保護者の支援活動に尽力されました。受賞おめでとうございます。



代表 浅井有子さん 副代表 碓井綾子さん  
発達障がい児者支援のやまびこ会

## 寒い冬を「イーボン」で心も体も賢くお得に暖まろう!!

「家の中が寒い」「エアコンの効きが悪い」…そんな方へ!

高岡市野村 **あったかリノベーション住宅** 体感してみませんか?

新築並みの断熱性能だから  
エアコン1台で家中あたたかい!  
暮らしやすい動線&充実収納も体感!  
詳しくは下記クーポンの二次元コードから

高岡増改店 0800-123-0501

ティラウンジからの海王丸と立山連峰と新湊大橋の眺望。

**バレンタインスイーツカフェ**  
2/11(土・祝)・12(日)  
10:00~17:00  
温かい飲み物とチョコスイーツで甘い時間をお過ごしください。

コーヒーor紅茶+スイーツ  
ペアで1,600円  
※1人増えるごとに800円追加

お申し込みは左のQRコード又はTEL

貴婦人館 射水市海王町5(海王丸パーク内) TEL(0766)82-1233

地中海料理の専門店

種類豊富な本格パエリアを自宅でも楽しもう!  
焼きたてパエリアをお届け! テイクアウトもOK! サイドメニューやスイーツも提供しています。

海の幸パエリア 1,350円~/1人前

Porton 射水市大門新50-3 11:30~20:00 不定休

寒い時季だからこそ食べたい煮込みうどん

2月だけの特別企画

もつ煮込みうどん 通常900円(税込) 600円(税込) 人気NO1

煮込みカレーうどん 通常900円(税込) 600円(税込) 人気NO2

麺処 煮込亭 射水市黒河 3068 TEL(0766)56-0432

下記のクーポン券を必ずご持参下さい。

営業時間 / (昼) 11:30~13:30 (夜) 17:30~1:00(ラストオーダー 0:00) 火曜定休  
◎クーポンの利用可能日 / 定休日以外の昼・夜毎日(但し夜は21:00迄)  
※地域応援券は使えませんがQR決済は使えません。

見学ご予約の方  
**防災グッズ進呈**  
イーボン  
有効期限 2023年2月1日~28日

バレンタインスイーツカフェ申込みの方  
**恋人証明書又は缶バッジを進呈**  
イーボン  
有効期限 2023年2月11日・12日

チョコレートの焦がしチーズケーキ  
2,000円以上お買い上げごとに  
**1カットサービス**  
イーボン  
有効期限 2023年2月1日~28日

もつ煮込みうどん 煮込みカレーうどん  
通常900円を  
**1杯600円(税込)**  
イーボン  
有効期限 2023年2月1日~27日

※切り取ってそれぞれのお店にご持参ください。お1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

## 射水まちづくりセミナー 第3回

次期リーダーのための  
**みんなで話し合い、  
みんなが動くチームをつくる  
ファシリテーション講座**



電子申請  
はこちら

- 定員** 30名 参加無料
- 対象** どなたでも参加できます
- 日時** 2月18日(土) 13:30~16:30 受付開始 13:00
- 会場** 救急薬品市民交流プラザ会議室2 ※オンライン(ZOOM)でも同時開催します。
- 講師** 岸 靖久氏(まちなかファシリテーター、ふあん・ふあしい・cafe代表)
- 内容** 話し合いの場が安全・安心で想いを言えて、チームの一人ひとりが自分事として動き、協力して繋がり合えるチームを作るための心がけやスキルを学びます。

問合せ先 市民活躍・文化課 ☎51-6622

## 第2回 空き家セミナーを 開催します



**参加無料 予約不要**

大切な住まいを地域の困った空き家にしないためにはどうしたら良いか、一緒に考えましょう! 空き家をお持ちの方やご自宅の将来に不安のある方はもちろん、地域住民の方や空き家問題に関心のある方などもぜひご参加ください。

- 日時** 3月4日(土) 13:00~15:30(受付 12:30~)
  - 場所** 救急薬品市民交流プラザ1階研修室(戸破4200番地11)
  - 内容** ●講演会 「知らないで損する空き家に関する制度」 講師 / (一社) 全国空き家アドバイザー協議会 事務局次長 山名 健太氏  
●個別相談会
- 問合せ先 観光・定住課 ☎51-6676

## きらら射水 100歳体操

【独自の体操DVD】を活用

体操を継続すると、特典として1,2,3年目に順次「口腔・脳トレ・100体操プラス」のDVDを進呈いたします。その他に独自の体操を100歳体操と組み合わせ、マンネリ化防止を図っている地域もあります!

北国の春体操 片口グループ

スンドコ体操 草岡町

問合せ先 地域福祉課 ☎51-6625

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。

ダイジェスト版 YouTubeはこちら

やってみよう! **足の横上げ運動**

中殿筋(お尻の横の筋肉)を鍛えます

歩くときに左右のふらつきがなくなり、安定して歩けるようになります。転倒予防に繋がります!

**運動方法** 椅子の後ろに立ち、両手で背もたれにつかまり、片足ずつ横に上げます。

**ポイント**

- 体が横に傾きすぎず、足だけを動かすように意識しましょう。
- 上げた足の膝は曲がらないように、つま先は正面を向けるようにします。
- お尻の筋肉の収縮を意識しましょう。
- 1回ごとに足の裏を床につけましょう。

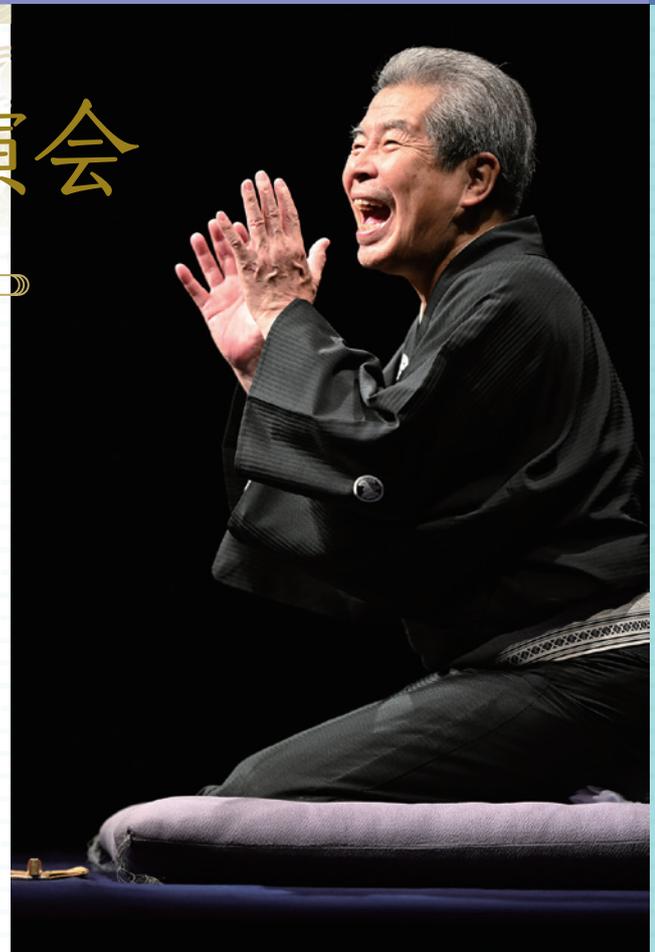
**注意事項** バランスを崩さないように椅子の背もたれを適度に押さえましょう!

# 志の輔 射水らくごの日 立川志の輔 独演会

《チケット販売について》

今年は春の開催となります。  
立川志の輔師匠の故郷である射水での特別な独演会を是非お楽しみください。

- 独演会日時** 4月29日(土・祝) 13:00開場 13:30開演
- 会場** 高周波文化ホール(大ホール)
- チケット料金** 全席指定 税込3,500円(未就学児の入場はご遠慮ください)
- チケット発売**
  - ◆射水市観光協会会員先行発売
    - 《日時》2月6日(月)～2月10日(金)
    - ※2月6日～2月9日は9:00～17:00
    - 2月10日は9:00～15:00
    - 《販売場所》射水市観光協会窓口(クロスベイ新湊1階)
  - ◆一般発売
    - 《日時》2月11日(土・祝) 9:00～窓口販売  
11:00～電話受付
    - 《販売場所》高周波文化ホール 他
    - ※販売初日に限り、購入上限枚数はお一人様2枚までです。
- 問合せ先** (一社)射水市観光協会 ☎84-4649  
高周波文化ホール ☎82-8400



令和5年2月号(2月1日発行)  
編集・発行 富山県射水市未来創造課  
〒939-0294 富山県射水市新開発410番地1  
TEL 0766-51-6614 FAX 0766-51-6668

企業広告

重くて大変な灯油も、ナカムラなら安心!  
**灯油配達承ります!**  
プロパンガスもお任せください  
冬の暮らしのお困りごと **お電話1本でかけつけます!**  
コロナ対策万全なスタッフがご訪問して対応いたします  
**☎0120-000-890**  
エネルギー & ホームシステム **ナカムラ**  
株式会社 中村燃料商店 大島営業所/射水市小島900

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

ICN  
いみずケーブルネットワーク  
IMIZU CABLE NETWORK  
好評受付中!  
家じゅうサクサク! つながるWi-Fi!  
**ICNメッシュWi-Fi**  
より快適なネットライフを楽しもう!  
射水ケーブルネットワーク株式会社  
射水市本町2丁目10-30 <https://www.canet.ne.jp> ☎0120-82-7320

JAいみず野  
ローンのご相談は  
**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** 検索 をご覧ください

〈企業広告募集〉問合せ先 広告代理店/株協和総商 ☎21-0319

射水市代表電話 ☎0766(51)6600

CHECK!! 射水市公式 SNS いろいろ

- LINE**  
あなたの欲しい情報をリアルタイムにお届けします。
- 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。
- インスタグラム**  
市公式Vチューバーいみずが射水の見どころやイベントを紹介します。

**射水市の人口・世帯数**  
令和4年12月31日現在の射水市住民基本台帳人口 ※( )内は前月比

人口	91,456人	(- 27)	(うち外国人 3,042人)
男性	44,748人	(- 17)	(うち外国人 1,668人)
女性	46,708人	(- 10)	(うち外国人 1,374人)
世帯数	36,627世帯	(+ 39)	(うち外国人のみの世帯1,727世帯)