

広報 加茂

8
NO.794
2022



ひじょうようもちだしひん 非常用持出品

そなえてますか?
～9月1日は防災の日です～

(関連記事は4ページから)



◆主な内容

■マイナンバーカードについて	②③
■災害に備える	④⑩
■消費生活情報	⑪
■ニューストピックス	⑫⑬
■ボランティア団体さん紹介コーナー	⑭
■新型コロナウイルスの影響で収入が減少した方の減免申請	⑮
■お知らせ	⑯⑰
■加茂の風土記	⑱
■暮らしのカレンダー	⑲
■地域おこし協力隊だより	⑳

マイナンバーカードについて

加茂市長 藤田 明美



今月はマイナンバーカードについてご説明いたします。現在、デジタル技術を用いて行政サービスを効率化、国民の生活を便利にする「行政のデジタルトランスフォーメーション（DX）」が進められています。

そこで国は、行政のDXを進め、すべての国民がその恩恵を享受できるよう、今年度中に、マイナンバーカードがほぼ全国民に行き渡ることを目指しています。

しかし残念ながら、マイナンバーカードの普及は国の想定より進んでおらず、加茂市においても全国平均より低くなっているのが現状です。

そこで、加茂市民の皆さまに、マイナンバーカードについて、理解を深めていただくために、主なメリットやセキュリティ対策についてご紹介いたします。



市役所庁舎だけではなく、様々な場所でマイナンバーカード出張申請受付を行っています。
(写真は産業センター)

マイナンバーカードのメリット

- ①マイナンバーを証明する書類となること
- ②各種行政手続きのオンライン申請ができるようになること
- ③本人確認の際の身分証明書となること
- ④各種民間のオンライン取引等に利用できること
- ⑤市町村や国等が提供する様々なサービスに必要な複数枚のカードがマイナンバーカードと一体化されること
- ⑥コンビニなどで各種証明書の取得に利用できること



現在、準備中のものもあるため、すべてのメリットが今すぐに享受できるわけではありませんが、今後確実にいろいろな手続きに利用が可能となっていきます。

②の各種行政手続きについては、現在すでに、確定申告がマイナンバーカードを使用することにより、自宅から手続きすることが可能です。今後はもっと身近な行政手続きのオンライン化が進んでいく予定です。

③については、いろいろな場面で写真付きの本人確認書類の提示を求められること

が多いと思いますが、運転免許証やパスポート等のない方は、マイナンバーカードがあれば国が証明する本人確認書類として使えるため大変便利です。

⑤については、マイナンバーカードに保険証機能を搭載できるようになっており、今後は運転免許証もマイナンバーカードに登載されることが国から発表されています。

⑥については、加茂市においても今年度中に、住民票、印鑑登録証明書、各種税証明などが、コンビニエンスストアで取得できるようになる予定で、これにより、市役所開庁時間を気にすることなく、証明書が取得できるようになります。

マイナンバーカードのセキュリティ対策

いろいろな情報が一つにまとめられるので、悪用を心配される方がいらっしゃるかもしれません。

マイナンバーカードの IC チップには、住所、氏名、生年月日、性別の基本 4 情報しか登載されておりません。住民情報、税情報、保険証情報などはそれぞれ独立して管理されているため、芋づる式に情報を読み取られることはありません。また、マイナンバーカードが他人の手に渡っても、本人情報にアクセスできないように暗証番号を設定していますし、盗難、紛失の場合はコールセンターに連絡することにより即座に利用を止めることが可能です。さらに、不安な人については、マイナンバー自体を変えることも可能となっています。また、顔写真も掲載されていますので、成りすまして悪用することもできないなど、セキュリティ対策もしっかり取られています。

マイナポイントについて

今年 9 月 30 日までにマイナンバーカードを申請した人限定で、最高 20,000 ポイントをキャッシュレス決済サービスに付与するキャンペーンを行っています。CoGCa (コジカ)、nanaco (ナナコ)、WAON、PayPay などが対象となっています。



現在、マイナンバーカードの申請方法がよくわからないという人のために、市民課や市内公共施設などで申請のサポートを行っておりますので、ぜひご利用ください。

また、事業所や団体、グループ (5 人以上) への出張申請も行います。お気軽に市民課へご相談ください。

今後、加茂市役所では、待たせない市役所、書かせない市役所、来なくてもよい市役所を目指し、市民の皆さまにとってより便利な行政サービスを提供していきたいと考えています。

是非この機会にマイナンバーカードの取得をお願いいたします。

マイナンバーカード取得について詳しくはこちら
<https://www.city.kamo.niigata.jp/docs/43701.html>



災害に備える

9月1日は防災の日

防災の日は、大正12年9月1日に14万人を超える死傷者を出した「関東大震災」が発生した日であるとともに、昭和34年9月26日の「伊勢湾台風」で当時の戦後最大被害（全半壊・流失家屋15万3千890戸、浸水家屋36万3千611戸、死者4千67人、行方不明401人、負傷者3万8千921人）を被ったことが契機となり、その翌年の昭和35年に制定されました。

災害はいつ発生するか分かりませんが、正しい情報を参考に自らの判断で命を守る避難行動を早めにとることが大切です。

いざというときに落ち着いて行動できるように日ごろから防災への関心を持ち、地震や風水害などに備えて準備をしておきましょう。

地震に備える

地震のとき、倒れてきた家具の下敷きになってけがをしないよう、普段から家具の配置を見直し、固定しましょう。

①まず身の安全を

揺れても慌てず、テーブルや机など頑丈な家具の下に潜り込んだり、座布団やフツフツ



最初の大きな揺れの中で、慌てて避難行動をしようとした人が、けがを負う事例が多く見られます。落ち着いて行動しましょう。

②すばやく火の始末



火を使っているときは揺れが収まったら、火の始末をしましょう。

③家族の安全を確認

④ドアや窓を開けて逃げ道を確認する

⑤火が出たら119番通報と初期消火

119番通報は、慌てずに落ち着いて行いましょう。

火が小さいうち（火が天井面に移る前）は初期消火が有効です。

一般家庭にも消火器の設置をお勧めします。

⑥靴を履く

ガラスの破片などがあると素足で歩ける状態ではありません。靴を履き足を守りましょう。

⑦避難は「徒歩」で荷物は「最小限度」に

みんなが車を使って避難すると、緊急車両や避難者の支障になり、混乱を大きくしてしまいます。道路交通の確保が十分見込まれる場合や、やむをえない場合以外は徒歩で避難しましょう。

家族・親戚との連絡が取れるように玄関に避難先をメモで貼り出すなど工夫をしましょう。

⑧協力して消火・救出・救護を

お年寄りや身体の不自由な人、けが人などに声をかけ、みんなが助け合いましょう。

⑨狭い路地やブロック塀、がけや

大規模な地震の直後は、余震や建造物の倒壊に備えて公園やグラウンド等に避難し、2次被害の防止に努めましょう。

川べりに近づかない
⑩山崩れや、がけ崩れ、余震に十分注意する



震度5弱



・大半の人が物につかまりたいと感じる

震度4



・歩いている人のほとんどが揺れを感じる
・眠っている人のほとんどが目覚めます

震度6弱



・立っていることが困難になる

震度5強



・大半の人が物につかまらなると歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる

震度7



・立っていることができず、はわないと動くことができない
・揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある

震度6強



台風・豪雨時の避難のポイント

市民の皆さんが取るべき行動

【警戒レベル3】「高齢者等避難」が出たら

災害のおそれあり

高齢者や障がいのある人など避難に時間がかかる人は、避難所や安全な親戚・知人宅等に避難する。(ハザードマップを確認し、自宅の2階以上が安全だと確認できた場合は、「在宅避難も可能」です。)

その他の人は避難の準備をする。地域の実情に応じ、早めの避難が望ましい場所に住んでいる人は、このタイミングで自主的に避難することが望ましい。



【警戒レベル4】「避難指示」が出たら

災害のおそれ高い

危険な場所から避難所や安全な親戚・知人宅等に全員避難する。

(ハザードマップを確認し、自宅の2階以上が安全だと確認できた場合は、「在宅避難も可能」です。)



【警戒レベル5】「緊急安全確保」が出たら

災害発生または切迫

命の危険が迫っているので、自宅の少しでも浸水しにくい高い場所や少しでも崖から離れた建物や自宅内の部屋に移動するなど、直ちに身の安全を確保する。



避難の心得

雨の降り方がいつもと違うと感じたら、ラジオ・テレビ・インターネットなどからの最新の気象情報等に注意しましょう。また、危険を感じたら、自主的に避難準備を始めましょう。

「避難」とは「難」を「避」けることです。安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。床上から建物1階程度の浸水が予想されている場所は、自宅が2階以上の高さの建物であれば「在宅避難も可能」です。

避難先は小中学校・公民館だけではありません。安全な親戚・知人宅等に避難することも考えてみましょう。

避難する際は、靴は運動靴、動きやすい格好で避難しましょう。
がけ地や堤防などを通るのは危険です。近道であっても避けましょう。
車での避難は道路が浸水する前に早めに開始しましょう。

避難するときは、隣近所に声をかけて一緒に避難しましょう。また高齢者や体が不自由な人、子どもなどの避難に地域や隣近所で協力しましょう。

万が一逃げ遅れたら、無理をせず、自宅の2階や崖から離れた場所、近所の高台に避難して救助を待ちましょう。

風水害 に備える



① 気象状況に注意し早めの対応

気象状況は刻々と変化していきます。

家族や地域で気象情報を共有し、協力して対応することが



被害の抑制につながります。

正しい情報に基づき、早めの対応を心がけましょう。

② 梅雨や台風の時期に十分警戒

近年は台風の大規模化や突発的かつ局地的に豪雨となる「ゲリラ豪雨」が全国的にも増加傾向にあります。

風水害は地震災害に比べ毎年発生する危険性があるものの梅雨前線の動きや台風の経路により暴風域や雨量規模を天気予報等から予測できるため、危険を避けることができる災害でもあります。

③ 洪水ハザードマップを確認

全世帯に配布してある洪水ハ

ザードマップを確認し、自宅の浸

水想定を把握して

おき、近くの避難

所を数か所、確認

しておくことが重

要です。また、ハ

ザードマップと併

せて、日ごろから

テレビやラジオ、

インターネットから情報の収集を

することで予測できます。



④ 適切な避難行動

洪水が予想されるときは真っ先に高台に逃げるのが原則です。

避難をするときは、なるべく単独

行動をせずに2人以上で行動し、

水面下の足元に十分注意しながら

歩きましょう。

冠水した道路は、マンホールの

ふたが外れていたり、漂流物や泥

により足元が見えないため非常に

危険です。

手をつなぎ、先頭の人は長い棒

などを杖代わりに

して歩きましょう。

暴風雨時は、むやみに外出

しないことが大切



です。

洪水の恐れがある場合は早めの避難が何よりですが、避難施設に向かう途中で被害に遭う事例も見受けられます。状況によっては自宅の2階に避難した方が命を落とさずに済む場合もあります。

土砂災害 に備える



① 土砂災害に気をつけよう

山際や急傾斜地など土砂災害の起きやすい箇所は多数存在しています。長雨や集中豪雨で土石流、地すべり、がけ崩れなどの危険性が高まるので、家族・地域ぐるみで十分な注意が必要です。

② 前兆現象に注意（左ページ図参照）

土砂災害が起こる前は前兆現象が見られる場合があります。河川水位の変化や、がけの亀裂、山鳴り、沢水の濁りなど身近な環境の変化に注意をしてください。

③ 気象情報に気をつけ、早めの避難を心がけよう

大雨警報が出されたら、気象情報に注意しましょう。特に土砂災害発生の危険度が非常に高くなつたときには「土砂災害警戒情報」が発表されます。避難行動に移せる体制を整えましょう。夜間などに降雨が続き土砂災害の心配がある場合は、山の斜面と反対側の居室で過ごすようにすることも命を守るうえで有効です。

④ 土砂災害ハザードマップを活用しよう

全世帯に配布してある土砂災害ハザードマップを活用し、自宅が危険な区域にあるかを日頃から確認してください。

このマップに図示してある危険箇所は、新潟県の公表する土砂災害警戒区域を表しています。

区域ごとの細かい地図を新潟県土木部砂防課のホームページから確認できますので、合わせて参考にしてみてください（「新潟県土砂災害警戒区域等の指定状況及び基礎調査結果の公表状況」<http://www.sabou-niigata.jp/dosya/hou/>）。

●土石流の前兆現象



①川の流れがにごり、流木が混ざりはじめる



②雨は降り続けているのに川の水位が下がる



③山鳴りがする

●地すべりの前兆現象



①沢や井戸の水がにごる



②地割れができる



③斜面から水が噴き出す

●がけ崩れの前兆現象



①がけから小石がパラパラと落ちてくる



②がけから水が湧き出ている



③がけに割れ目が見える

出展 内閣府「減災のてびき」

始めよう 防災の準備を

「災害」は私たちの大切なものや、ときには命まで奪っていくことがあります。いつやってくるかわからない災害に備えて「防災準備」を行っておきましょう。

① 備蓄品を準備

飲料水（1人1日3リットル）、食料品は3日分の準備が目安です。一般的に3日間しのげば救援物資が到着するといわれています。

災害発生後の数日間は生活できるように、缶詰やレトルト食品などの非常食を備蓄しておきましょう。また、栄養バランスの偏りにより体調を崩さないようさまざまな種類の非常食を備えておくことが望ましいです。

■ローリングストック法による効率的な備蓄

ローリングストック法は日常的に非常食を消費し、消費した分だけ買い足すという

行為を繰り返し、常に家庭に新しい非常食を備えておくという備蓄方法です。

② 非常用持出品を準備

避難所へ移動するとき、必要なものを素早く準備するのは大変です。

家族構成を考え、必要な分だけ用意し、すぐに取り出せる場所に保管しておきましょう。（準備リストの例は次ページ）



③ 家族で防災会議



家の周囲の危険箇所を家族全員で認識し、災害に応じた避難経路や避難施設、家族が離ればなれになったときの連絡方法や安否確認の手段など、普段から話し合っておきましょう。

高齢者や乳幼児がいる場合は、保護担当者を決めるなど役割分担を決めておくことも大切です。

新型コロナウイルス

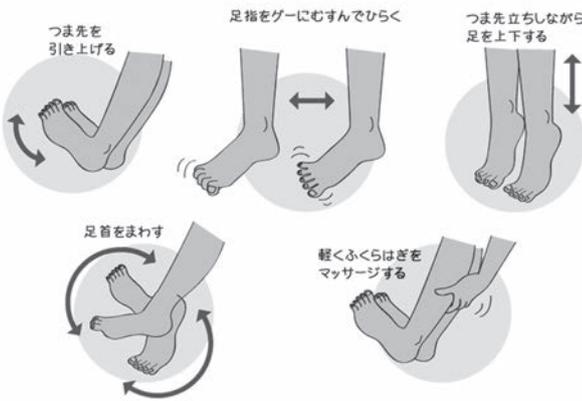
感染症に気をつけた避難行動を

①「避難」の選択肢を増やそう

新型コロナウイルス感染症で配慮しなければならぬ点の1つとして「密」を作らないことがあげられますが、避難所は状況により密となってしまう場合があります。



■ エコノミークラス症候群を予防する運動



避難とは「難」を「避」けることとです。避難所へ向かうことだけが避難ではありません。自宅が安全なところであれば在宅で、また安全なところにお住いの知人や親戚を頼っての避難も考えてみてください。

②車中泊避難について
豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊による避難を行う際は、浸水や土砂崩れの危険性がないか十分注意して行ってください。

また、長期に渡る車中泊によってエコノミークラス症候群などの発症の危険性がありますので、こ

非常用持出品 準備リスト(例)



家族構成や感染症を考慮し、普段から準備しましょう

- 水 食料 お金 救急医薬品
- マスク 消毒液 体温計
- ウェットティッシュ めがね・入れ歯
- タオル 毛布 ろうそく・ライター
- 懐中電灯 電池 携帯ラジオ
- ティッシュ トイレトペーパー
- 割り箸 缶切り 雨具 ポリ袋
- 携帯トイレ ヘルメット 軍手
- 充電器 モバイルバッテリー
- 通帳・印鑑 身分証明書(免許証など)
- 保険証など 普段飲んでいる薬
- 子供用ミルク・離乳食等
- 生理用品 紙おむつ 下着類
- その他自分に必要な物資

※非常用持出品は10~15kgが目安です。体力に合わせて準備しましょう。

■防災情報全般

▼新潟県防災ポータル (<https://www.bousai.pref.nigata.jp/>)
県内の緊急情報や避難情報、防災マップ、河川水位、雨量、交通規制リアルタイム情報など。

▼信濃川・信濃川下流・阿賀野川情報共有プラットフォーム (<http://www.hrr.mlit.go.jp/shinaga/platform/public/>)
やまごまなりリアルタイム情報やライブ画像など。

▼気象庁 (<https://www.jma.go.jp/jma/>)
気象情報や雨雲レーダー、地震、土砂災害、防災に関するイベントなど。

■風水害

▼新潟県河川防災情報システム

情報を 手に入れよう



①災害情報の入手 ラジオやテレビのほか、パソコンやスマートフォンで災害情報入手できます。次のサイトをブックマークしておくとう便利です。

使ってみよう 災害用伝言サービス

災害時の安否確認にNTTや携帯電話各社が行う4つの災害用伝言サービスがあり、体験利用（毎月1と15日、1月1～3日、1月15～21日、8月30日～9月5日）ができます。いざというときに備え、家族で体験してみましょう。



①災害用伝言ダイヤル (171)

電話で安否確認。固定電話や携帯電話から「171」に電話し、ガイダンスにしたがい操作。

②災害用伝言板

モバイルサイトで安否確認します。安否情報と100文字までの文字メッセージを登録。

③災害用伝言板 (web171)

インターネットで安否確認。スマートフォンやパソコンから文字で安否情報を登録。

④災害用音声お届けサービス

音声メッセージで安否確認。音声通信に代わってパケット通信で送信。

③避難所開設情報は緊急速報メール、NHKデータ放送などから情報を入手してください。

②避難情報の伝達 危険が差し迫っているときに市から避難指示等の避難情報を発令します。市から発信される緊急速報メール、防災・市民情報配信サービス（要登録）、市ホームページ、広報車、NHKデータ放送などから情報を入手してください。

(<http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/kasen/>) 県内の雨量、水位、ダムの状況を表示。

▼新潟県土砂災害警戒情報システム (<http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/sabou/>) 県内の土砂災害危険度など。

緊急速報メール



ル等で入手 災害の状況に応じて使用できる避難所が異なる場合があります。避難所の開設情報は緊急速報メール、防災・市民情報配信サービス、市ホームページ、テレビやラジオの報道を通して、皆様に伝達します。

加茂市では各携帯電話会社が提供する「エリアメール（NTTドコモ）」「緊急速報メール（au、ソフトバンク、楽天モバイル）」を利用し、緊急時の災害・避難情報などを、強制的に市内全域の携帯

帯電話に一斉配信しています（対応する機種に限定）。

緊急速報メールは、加茂市が配信する災害・避難情報や、新潟県が配信する土砂災害警戒情報、津波警報、気象庁が配信する緊急地震速報を、回線混雑の影響を受けずに受信できるサービスです。

情報を受信すると携帯電話の画面にポップアップ（配信内容を自動表示）し、専用の着信音とバイブレーションでお知らせします。事前にメールアドレスを登録する必要はなく、使用料や通信料も無料です（設定作業が必要な場合があります）。対応機種などの詳細は購入店か、各社のホームページで確認してください。

加茂市防災・市民情報配信サービスに登録しましょう

利用者登録（無料）をすると、メールやLINEなどのSNSや固定電話で、防災情報などの緊急情報やお知らせを受け取ることができます。

※夜間や休日などの場合、配信が遅れたり配信できない場合があります。市として重要度の高いものを

発信しますので、ご注意ください。

登録方法

①Eメール tkanno@sg.jp に空メールを送信し、自動返信されたメールのURLから会員登録をします。

②LINE 加茂市を友達追加し、届いたURLから会員登録をします。

③ツイッター 自身のアカウントから、加茂市のアカウントをフォローします。

④フェイスブック 自身のアカウントから、加茂市のアカウントをフォローします。

詳しくは、下記二次元コードから市ホームページをご覧ください。

固定電話 希望する人は総務課防災係（☎内線32）にご連絡ください。

配信履歴 過去の配信を市ホームページから閲覧できます。

新潟県防災ナビ

県内全域の洪水・土砂災害・津波などのハザードマップ閲覧機能などのある「新潟県防災ナビ」を活用してみませんか。

詳しくはホームページ（二次元コード）をご覧ください。



災害時の避難場所



加茂市内の災害時の避難場所一覧は左表のとおりです。災害の種類によって避難所は変わります。洪水時と土

砂災害時の種別を掲載してありますので、参考にしてください。災害種別ごとの表記号の見方



洪水時 ○使用可
△Ⅱ2階以上使用可

▲・×Ⅱ使用不可(▲)は3m未満の浸水想定だが1階建て施設のため使用不可、「×」は3m以上の浸水想定のため使用不可



土砂災害時 ○使用可
△Ⅱ一部の施設は使用不可
×Ⅱ使用不可

※土砂災害や洪水時の避難所は既に配布してあるハザードマップにも記載してあります。



「ベビールーム」(個室) あります

赤ちゃんの授乳やおむつ替えなどに「こーちゃんのベビールーム」をご利用ください。市役所1階、市立図書館、産業センターに設置しています。

問 こども未来課 (☎内線 152)

	地区	施設名	所在地	電話	土砂災害時	洪水時
1	七谷	加茂七谷温泉美人の湯	宮寄上13-1	41-4122	○	△
2		七谷小学校	下高柳35	52-0943	○	○
3		(旧)高柳保育園	下高柳287	52-7799	○	▲
4		七谷中学校	下高柳25	52-0944	×	○
5		七谷コミュニティセンター	下大谷1045-1	52-2588	△	×
6		(民)七谷保育園	黒水677-2	52-2751	○	▲
7	狭口	(旧)狭口保育園	狭口甲725-2	52-0080	○	▲
8		勤労者体育センター	狭口甲1082-4	53-2206	○	×
9		体操トレーニングセンター	狭口甲1170-1	46-8544	×	×
10		勤労青少年ホーム	狭口甲1082-1	52-6116	○	△
11		かも川荘	狭口甲1076-1	52-4412	○	▲
12	加茂	若宮中学校	若宮町1-21-12	52-0472	△	○
13		加茂南小学校	五番町7-1	52-0172	×	△
14		(民)本量寺こども園	五番町13-15	52-0910	×	○
15		中央コミュニティセンター	五番町1-1	57-7775	○	△
16		駅前集会所	駅前1	52-0080	○	▲
17		市民体育館	加茂229-1	52-1953	○	○
18		(民)加茂葵幼稚園	松坂町6-3	52-1984	×	○
19		葵中学校	矢立15-1	52-5174	○	○
20		(民)宝が丘保育園	八幡1-10-8	52-1392	×	○
21		(県)加茂農林高等学校	神明町2-15-5	52-3115	×	○
22		上条コミュニティセンター	神明町2-6-26	57-1021	○	△
23		加茂小学校	青海町1-1-5	52-0171	○	△
24		加茂西宮保育園	青海町1-1-44	52-9193	○	△
25		北コミュニティセンター	赤谷21-14	53-3380	○	○
26		加茂中学校	学校町1-1	52-0262	○	○
27		(旧)加茂保育園	陣ヶ峰6-15	52-1721	×	○
28		(県)加茂高等学校	幸町1-17-13	52-2030	○	△
29		文化会館	幸町2-3-5	52-0842	○	△
30		産業センター	幸町2-2-4	53-3450	○	△
31		母子健康センター	幸町2-3-5	52-4085	○	△
32		ゆきつばき荘	幸町2-3-5	52-0267	○	△
33		石川小学校	石川2-2-7	52-9853	○	△
34		西加茂保育園	栄町8-25	52-5580	○	▲
35		西加茂集会所	大郷町1-6-10	52-0080	○	▲
36		西	公民館西分館(旧)加茂西小学校	加茂新田6166-1	52-0478	○
37	(民)加茂新田保育園		加茂新田6309-2	53-2714	○	×
38	すぱーく加茂		加茂新田9754	53-4460	○	×
39	下条	下条小学校	中村1-1	52-0466	○	△
40		(民)下条保育園	中村6-4	53-2266	○	×
41		下条体育センター	中村6-14	53-0275	○	△
42		下条コミュニティセンター	中村6-17	53-0788	○	△
43		芝野保育園	柳町2-12-23	53-0294	○	○
44	(旧)天神林保育園	天神林2366-2	—	○	×	
45	須田	須田中学校	後須田 809	52-6019	○	△
46		公民館須田分館	後須田701-1	52-8394	○	△
47		須田小学校	前須田380-1	52-6533	○	△
48		(民)須田保育園	前須田31-2	52-8863	○	△
49		須田コミュニティセンター	前須田1-1	53-3121	○	▲

注意 すべての災害に対応できる避難施設ではありません。ハザードマップなどを活用し、災害の状況に応じて避難施設を選びましょう。公園やグラウンド等も一時的な避難場所として有効です。

問 総務課防災係 (☎52-0080 内線 321)、加茂地域消防本部警防課 (☎52-1770)

消費生活移動相談室のお知らせ (弁護士による無料相談会)

以下のようなことでお悩みの方、是非ご相談ください。

- できすぎた投資話
- 見覚えのない高額な請求
- 契約解除に伴うトラブル
- 強引な契約
- 借金、ローンの返済

・・・など消費生活に関するお悩み

期日: 9月7日(水)

時間: 18:00~21:00

会場: 加茂市役所

必ず事前予約をお願いします。

事前予約の受付・お問い合わせは
加茂市商工観光課消費生活相談窓口
☎0256-52-0134 まで



★当日は、こころの健康相談会も同時実施しております。

食欲がない、眠れないなど心の不調を感じる方はご相談ください。

相談対応者：加茂市健康福祉課保健師

【困ったときの相談窓口】

消費者ホットライン



188 (イヤヤ)

※最寄りの消費生活センターなどの相談窓口につながります

NEWS TOPICS



加茂地区新規高卒求人説明会(7/15)

加茂地区新規高卒求人説明会が7月15日(金)午後1時から、産業センターで行われ高校生47人が集まりました。

求人企業の46社は各階に別れ、高校生たちは説明会資料を見ながら目当ての企業ブースへ移動して、熱心にメモをとりながら説明を聞いていました。企業の説明時間を1回約20分程度にし、参加者が多くの企業から説明を受けられるように工夫してありました。

企業の担当者は、緊張している参加者の不安を解くように優しく笑顔で話しかけていました。



加茂ジュニアバレーボールクラブが全国大会へ!(7/26)

6月25日、26日に開かれた、第42回全日本バレーボール小学生大会新潟県大会を制し、全国大会への出場を決めた加茂ジュニアバレーボールクラブ(JVC)が、7月26日(火)に優勝報告のため藤田市長を表敬しました。

監督の知野東吾さんは「このチームは3年生から6年生の混成。試合では低学年が狙われる。」しかし、そこへ上級生がカバーに入ることで試合が面白くなる、とチームの戦い方を解説しました。

出場予定の全日本バレーボール小学生大会は8月9日(火)から12日(金)の日程で、東京体育館など6会場で開催されます。



知野監督



監督、チームメンバー、保護者と市長の記念撮影

VIPシティホール 西加茂
加茂市栄町2-11
☎0256-52-4999

あなたの街の VIPシティホール

大切なお家族の最期のお見送りを
真心こめてお手伝いさせていただきます。

家族葬から一般葬、大型葬まで
24時間365日、葬祭ディレクターが対応いたします。

VIPシティホール 加茂
加茂市千刈2丁目309-1
☎0256-53-4999

【有料広告】

NEWS TOPICS



加茂地区わくわく科学フェスティバル(7/27)

学校で学ぶ科学の知識を体感できるイベントとして定着している「加茂地区わくわく科学フェスティバル」。今年は7月27日(水)に産業センターで開催されました。加茂、田上の小学生267人の申し込みがありました。

会場では仮設の大型プラネタリウムやCDと風船で作るホバークラフト、液体窒素を使ったショー、銀色のテープで万華鏡のような「にじいろたまご」制作などがあり、児童たちは1グループ15~20人程度で順番に各ブースを回り、それぞれの体験を楽しんでいました。

避難所開設職員向け避難所開設に関する説明会(7/27)

27日(水)には、災害が発生した際に避難所を開設する職員向けの説明会が市役所3階会議室で行われ、総務課防災担当職員から参加した職員へ避難所開設について説明が行われました。

その中で、「避難」とは「災害から命を守るための行動であること」から、住民の命を守るためには迅速な避難所の開設が必要であること、事前に各避難所のレイアウトを考えておくことや避難所業務のポイント、市が備蓄している避難所用資機材について学びました。



「チリメンモンsterを探そう!」&「マイナンバーカード出張申請受付」(8/2)



8月2日(火) 図書館で子ども向けの催し「チリメンモンsterを探そう!」を開催しました。公益社団法人新潟県水産振興協会専務理事の藤田利昭さんを講師にむかえ、初めに新潟の海の生き物についてのお話をさせていただきました。その後、参加者には実際にチリメンなどが入った紙コップが配られ、中に入った生き物を一つずつピンセットで分類していきました。

同日、マイナンバーカード出張申請受付の特設窓口を開設し、午前11時から午後4時までの間に28人からの申請を受付しました。今後の出張申請受付のスケジュールは次の通りです。

◆8月21日(日) 9:30~16:00 産業センター(ワクチン接種会場)

◆8月23日(火) 10:00~16:00 加茂ショッピングパークメリア1階特設会場



ボランティア団体さん紹介コーナー

「ひまわり会」

人と人とのつながり、人と社会とのつながりを大切に、福祉施設のボランティアをしています。
入所者使用のお清拭用の布集めと布切り、施設での行事等、入所者の車いす介助、入浴後のケア、をやらせて頂いております。
活動を通して、人生の生き方などいろいろなことを学んでおります。

① 団体 Infomation

活動の種類 福祉施設ボランティア
主な活動日 第2水曜日午後1時～4時
活動場所 福祉施設(今は中央3ミセ)
お問合せ 社会福祉協議会
(☎52-6667)へ

お近くのボランティア団体さんをご紹介ください。
お問い合わせ 総務課広報広聴係
(☎内線327)



第65回

総体結果



野球(壮年の部)

期日 7月17日(日)
会場 七谷野球場
優勝 番田野球クラブ
準優勝 A-O
※中学生の部は中止



硬式テニス(ダブルス)

期日 7月10日(日)
会場 庭球場
※男子Aクラス、男子Bクラスはエントリーなしのため中止
【女子】▼Aクラス①江田美子(フリー)・阿部明里(フリー)②志田美津子(フリー)・中山佐和子(シティーサークル)③大桃さおり(加茂テニス)・須田朝子(シティーサークル)▼Bクラス①阿部久美子(スマイル)・結城喜美子(スマイル)②山口紗佳(フリー)・山口莉央(フリー)③袴田恵美子(スマイル)・皆木美奈子(スマイル)

消防職員を募集します
令和5年4月採用

第1次試験

▼加茂市・田上町消防衛生保育組合職員



消防職【高校卒業程度】：基礎能力試験、適性試験、作文試験
試験日 9月25日(日)
会場 加茂市役所
受付期間 9月5日(月)
※受付は土・日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分
面接試験 第1次試験合格者に対し、面接試験(第2次、第3次試験)を行います。
採用予定人数 若干名
受験資格 加茂市または田上町在住もしくは在住見込みの人で、平成13年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人。
提出先・問い合わせ 総務課人事係(☎内線333)
受験申込書(履歴書)は市ホームページからダウンロードできます。なお、新型コロナウイルスの影響で、試験日時等を変更する場合があります。随時、ホームページを確認してください。

新型コロナウイルスの影響で収入が前年より30%以上減少した方は

申請により 今年度の保険税(料)が

免除 になる場合があります。

↓ ご確認ください!!



	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料	介護保険料																						
減免対象者	(1) 新型コロナウイルス感染症により、世帯の主たる生計維持者が亡くなった、または重篤な傷病を負った世帯		(1) 新型コロナウイルス感染症により、世帯の主たる生計維持者が亡くなった、または重篤な傷病を負った65歳以上の方																						
	(2) 新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年と比較して世帯の主たる生計維持者の事業収入等（事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入）の減少が見込まれ、次のア〜ウに全て当てはまる世帯		(2) 新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年と比較して世帯の主たる生計維持者の事業収入等（事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入）の減少が見込まれる方のうち、次のアとイに当てはまる65歳以上の方																						
	<table border="1"> <tr> <td>ア</td> <td>世帯の主たる生計維持者の事業収入等いずれかの見込みの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、令和3年のその事業収入等の金額の10分の3以上であること。</td> </tr> <tr> <td>イ</td> <td>世帯の主たる生計維持者の令和3年の合計所得金額が1,000万円以下であること。</td> </tr> <tr> <td>ウ</td> <td>世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の令和3年の所得金額の合計額が400万円以下であること。</td> </tr> </table>	ア	世帯の主たる生計維持者の事業収入等いずれかの見込みの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、令和3年のその事業収入等の金額の10分の3以上であること。	イ	世帯の主たる生計維持者の令和3年の合計所得金額が1,000万円以下であること。	ウ	世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の令和3年の所得金額の合計額が400万円以下であること。		<table border="1"> <tr> <td>ア</td> <td>世帯の主たる生計維持者の事業収入等いずれかの見込みの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、令和3年のその事業収入等の金額の10分の3以上であること。</td> </tr> <tr> <td>イ</td> <td>世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の令和3年の所得金額の合計額が400万円以下であること。</td> </tr> </table>	ア	世帯の主たる生計維持者の事業収入等いずれかの見込みの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、令和3年のその事業収入等の金額の10分の3以上であること。	イ	世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の令和3年の所得金額の合計額が400万円以下であること。												
ア	世帯の主たる生計維持者の事業収入等いずれかの見込みの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、令和3年のその事業収入等の金額の10分の3以上であること。																								
イ	世帯の主たる生計維持者の令和3年の合計所得金額が1,000万円以下であること。																								
ウ	世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の令和3年の所得金額の合計額が400万円以下であること。																								
ア	世帯の主たる生計維持者の事業収入等いずれかの見込みの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、令和3年のその事業収入等の金額の10分の3以上であること。																								
イ	世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の令和3年の所得金額の合計額が400万円以下であること。																								
減免額	<p>(1) の場合 全額減免 (2) の場合</p> <p>減少する見込みの収入に基づき計算した保険税(料)に次の減免割合を適用した額</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>前年の合計所得</th> <th>減免割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>廃業・失業</td> <td>全部</td> </tr> <tr> <td>300万円以下</td> <td>全部</td> </tr> <tr> <td>400万円以下</td> <td>10分の8</td> </tr> <tr> <td>550万円以下</td> <td>10分の6</td> </tr> <tr> <td>750万円以下</td> <td>10分の4</td> </tr> <tr> <td>1,000万円以下</td> <td>10分の2</td> </tr> </tbody> </table>	前年の合計所得	減免割合	廃業・失業	全部	300万円以下	全部	400万円以下	10分の8	550万円以下	10分の6	750万円以下	10分の4	1,000万円以下	10分の2		<p>(1) の場合 全額減免 (2) の場合</p> <p>減少する見込みの収入に基づき計算した保険料に次の減免割合を適用した額</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>前年の合計所得</th> <th>減免割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>廃業・失業</td> <td>全部</td> </tr> <tr> <td>210万円以下</td> <td>全部</td> </tr> <tr> <td>210万円超</td> <td>10分の8</td> </tr> </tbody> </table>	前年の合計所得	減免割合	廃業・失業	全部	210万円以下	全部	210万円超	10分の8
前年の合計所得	減免割合																								
廃業・失業	全部																								
300万円以下	全部																								
400万円以下	10分の8																								
550万円以下	10分の6																								
750万円以下	10分の4																								
1,000万円以下	10分の2																								
前年の合計所得	減免割合																								
廃業・失業	全部																								
210万円以下	全部																								
210万円超	10分の8																								
必要書類	<p>・減免申請書・減収見込収入についての内訳(※指定の様式あり)⇒ホームページよりダウンロード可</p> <p>・次の添付書類</p> <p>(1)に当てはまる場合 【亡くなった場合】 死亡診断書の写し 【重篤な傷病の場合】 医師の診断書等の写し</p> <p>(2)に当てはまる場合 ①令和3年分の収入が分かる書類（確定申告書、収支内訳書、源泉徴収票等の写し） ②令和4年の収入の見込みが分かる書類（帳簿や給与明細書等の写し）</p> <p>※事業等の廃止の場合は、廃止したことが分かる書類の写し、失業の場合は失業したこと、失業の理由が分かる書類の写し（雇用保険受給資格者証の写しや退職証明書の写し等）を添付してください。</p>																								
注意事項	<p>※国や県から支給される各種給付金(特別定額給付金や持続化給付金等)については事業収入等の計算に含めず計算します。ただし、減免対象者イ、ウの「所得」を計算する際は、税法上の取扱いに準じます。</p> <p>※主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等に係る前年の所得額、又は前年の合計所得金額が0円（マイナス所得の場合を含む）の場合、減免額は0円となり、実質的に減免ができません。</p> <p>※国民健康保険税の非自発的失業者（倒産、リストラや解雇等で離職した人）の軽減制度の対象となる方については、非自発的失業者の軽減を行うため、新型コロナウイルス感染症の影響による減免の対象外となります。</p> <p>※申請期間は令和5年3月31日までです。申請期間が過ぎた場合は、減免申請を受付けることはできませんので、必ず期日までに申請してください。</p>																								

問 税務課 民税係 (☎内線 121)

お詫び 広報かも7月号 (No.793) 6頁「令和4年度 加茂市の国民健康保険税率」表中の所得割の算出方法に誤りがありました。誤：所得から33万円を控除 正：所得から43万円を控除 お詫びして訂正します。

青海神社秋季祭礼

露店の開設と交通規制

8月31日(水)、9月1日(木)は、祭礼露店出店のため交通規制があります。ご協力をお願いいたします。

※9月2日(金)も出店があった場合は、その周辺区間のみ交通規制があります。

規制区間 大通りの穀町～上町間、穀町交差点～加茂山公園間、第四北越銀行・旧北越銀行間の市道。
規制時間 各日とも正午～午後10時(宮大門交差点～加茂山公園間については31日の正午～1日の午後10時まで)。

後10時まで)。

▼**感染防止対策** 露店でテイクアウトした食べ物は家で食べるようにしましょう。

感染を拡大させないため、基本的な感染防止策(必要な場面でのマスクの着用、手洗い、三密の回避など)にご協力ください。

▼**接触確認アプリ(COCONA)** をご利用ください

スマホの機能を利用し、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができますアプリです。

問い合わせ 商工観光課観光係 (☎内線131)



ホームページ

行灯の光に照らされ 穀町あかりの七日間

8月29日(月)～9月4日(日)の午後6時30分から9時まで、穀町商店街で組合員による手作りの行灯展示を今年も行います。

あかりを眺めながら「お買い物やお食事」「夜の散歩」などをお

楽しみください。

期間中は、参加店舗で商品券が抽選で当たるお買い物キャンペーンを開催します。

昼も夜も穀町商店街へお越しくください。お待ちしております。



問い合わせ 穀町商店街振興組合 (☎5312473)

救命講習会を開催

9月9日は「救急の日」、9月9日を含む1週間(9月4日～10日)は「救急医療週間」です。

加茂地域消防本部では、この期間に心肺蘇生法、AEDの取り扱い、応急手当などの救命講習会を行います。もしもの場合に備え、大切な人の命を守るため応急手当などを覚えてみませんか。

日時 9月4日(日) 午前9時30分～10時30分

会場 加茂地域消防本部会議室

定員 6人

申し込み 8月28日(日)までに (☎5211770)へ。

市民講座 ウォーキング編



ポールウォーキングで正しい歩き方を学ぶ市民講座です。

心身が元気で前向きになれる講座です。ぜひ、ご参加ください。

日時 9月16日(金) 午後1時

30分～3時30分(受付 午後1時～)

会場 勤労者体育センター 講演テーマ 正しい歩き方を実践してみましよう!

講師 松井浩さん(二社一社) シャルフィットネス協会)

定員 50人程度(先着順)

持ち物 動きやすい服装、歩きやすい履き(体育館で使用)、飲み物、楽しく学ぶお気持ち

申し込み 8月17日(水)～31日(水)に健康福祉課(☎内線164)へ。

教員免許更新制 廃止

教育職員免許法の一部改正に伴い、令和4年7月1日時点で有効な教員免許状は、手続きなく、有効期限のない免許状となります。期限の切れた免許状は、書類を添えて再授与申請をすることによって有効になります。

申請方法など詳しくは、新潟県教育庁義務教育課管理企画係(☎025128015629)へお問い合わせください。



ホームページ

市長杯クロス カントリー大会 参加者募集



日時 9月25日(日) 午前9時
受付、10時スタート

場所 冬鳥越スキーガーデン特
設コース

種目 ①一般高校男子：5km

②壮年(満40歳以上) 男子、中学
生男子：3km

③一般高校女子、壮年(満40歳以
上)女子、中学生女子、小学生男子、
女子：2km

参加資格 ▼小・中学生は保護者

の承諾書が必要。▼壮年の年齢は

9月25日現在で満40歳以上。

参加費 一般高校・壮年 千円、

小・中学生 500円

申し込み 9月9日(金) までに

参加費を添えて勤労者体育セン
ター(☎53-2206)へ。

特急と新幹線で

ちよつと遠くへ日帰り旅行

特急しらゆきと新幹線に乗って

日帰り旅行に出かけませんか。

上越・北陸新幹線直行特急実現
期成同盟会では2つのコースを用
意しました。

Aコース 金沢歴史感じる町巡り

会場/時間など

①産業センター/午前10時～11時
(受付9時30分～10時)、定員100人

②七谷コミュニティセンター/午
後3時30分～4時30分(受付3時
～3時30分)、定員50人

※来場予約は不要です。新型感染
症の感染状況により延期の場合が
あります。

問い合わせ 県病院局経営企画課

企画班(☎025-280-5553)

日時 10月29日(土)

定員 50人

行程 加茂駅8時4分発→金沢

駅11時1分着→兼八園→昼食→長町

武家屋敷跡→ひがし茶屋街→金沢

駅16時10分発→加茂駅18時57分着

参加費 大人2万6千円、子ども

1万4千円

※昼食代、交通費を含む。

Bコース 東京フリー旅行

日時 11月5日(土)

定員 40人

行程 加茂駅8時4分発→東京

駅10時28分着→フリー旅行→東京

駅17時40分発→加茂駅20時28分着

参加費 大人1万6千円、子ども

5千円

※都区内パス1枚含む。

申し込み 8月29日

(月)午後1時以降に

(株)JR東日本びゅう

ツーリズム&セールス大人の休日

予約センター(☎03-3841-0130)へ。



精神・発達障害者 しごとサポーター

養成講座



企業の人事労務担当者や一般
の従業員対象の講座です。

精神障害、発達障害を正しく
理解して職場での応援者(精神・
発達障害しごとサポーター)に
なっていたくために学びます。

日時 10月4日(火) 午前10

時～11時30分

会場 燕三条地場産業振興セ
ンターメッセピア5階総合研修

室(三条市須頃1)

県央地区

障がい者就職面接会

障がいのある人を対象とした就
職説明会です。

参加を希望する人はハローワー
ク三条職業紹介部門(☎38-54

31)へご連絡ください。

日時 10月4日(火) 午後1時

30分～4時

会場 燕三条地場産業振興セン
ターメッセピア1階多目的大ホール

加茂病院についての 住民説明会



県央基幹病院や同病院開院後の
加茂病院の役割等について、地域
住民の皆様にご理解いただくため
住民説明会を次の2会場で開催し
ます。

実施日 9月3日(土)

天保期の加茂大明神再建

加茂明神社（青海神社）の天保期の再建については、旧刊『加茂市史』上巻にすでに掲載があり、概要がわかる。今回はその流れの初期にあたる「新立て」の儀式に関わる資料が発見されたので、これを紹介したい。

この資料の表紙には「越後加茂町拜殿新始規定式帳」とあり、拜殿にかかる新立てなどの儀式が書かれている。新とは、手斧とも言い、鍬に似た形状に斧が付いていて、これを振り下ろし、後ずさりしながら材木を目的の柱や桁の形

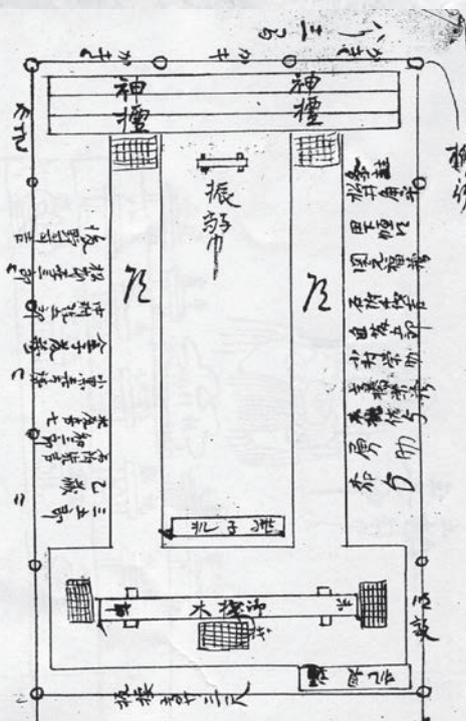
状に削っていく。

新立てでは、これを始める儀式の日である。

まず二列に大工たちが並び、祭壇に向かって、一方（右列）には棟梁の松井角平と大工・木挽きの人たち、もう一列（左列）には、塩野歌吉と大工・木挽きが並ぶ。

加茂大明神再建の棟梁は、越中国（富山県）井波の大工松井角平である。帳面にも祭壇の一番近い部分に「松井角平」とある。松井はこの頃、京都の東本願寺の御門の普請も手掛けていた。

加茂の風土記



新立て儀式の図

また一方の祭壇近い場所に、地元加茂町の「塩野歌吉」がいる。歌吉は、こののち、安政四年（一八五七）に上土倉の十二神社、文久三年（一八六三）に下条の惣銀田稻荷神社などを手掛けており、この天保期には天保五年（一八三四）に石川の貴船神社を手掛けた大工であった。歌吉は明治五年（一八七二）には加茂町坂之下（現松坂町）に住んでいた。

この「新立て」には、大工のほかに木挽きが佐右衛門・勇助など七人が参加している。動力が人力に頼る時代である、まして神社でも大きい大明神、七人の木挽きが精を出して材木を挽いていたのだろう。

この帳面の末尾に「天保十亥年十一月二十四日」とあるので、旧刊『加茂市史』上巻に、吉日を選び新立てを相始めるとある。神社はこの後、天保十三年一月に上棟式、同十四年九月二十九日に遷宮式が行われた。約一八〇年前、現存の一代前の社殿がそれである。

（関 正平）

やってみよう！手話

今回の手話…土砂災害



右手の5指を曲げ、斜めに伸ばした左手を削るように下ろします。左手の甲を相手に向けて、親指と小指以外を握り、その上に右手の人差し指、中指、薬指を立てて、右手で「く」の字を書きます。

協力：手話サークルよつば

※おことわり

加茂市で手話言語条例が制定される時期に合わせ、市民の皆さまに手話への理解を深めて頂くことと、2019年9月号から掲載してきました『やってみよう！手話』のコーナーですが、今号で一旦終了とさせていただきます。ご拝読ありがとうございました。

暮らしのガイド 8月・9月

8月 22 (月) 先勝	・休館（民俗資料館、各コミセン、子供プール）
23 (火) 友引	・補聴器相談 市役所相談室4 11:00~12:00 ・休館（文化会館、温水プール）
24 (水) 先負	・行政相談 市役所相談室1 9:00~11:30 ・心配ごと相談 市役所相談室3 9:00~15:00 ・定期露店市場 ・休館（美人の湯、BBC）
25 (木) 仏滅	・読もう、語ろうイギリス文学 市立図書館 10:00から ・けんこう栄養相談会（前日までに健康福祉課 ☎内線165へ要予約） 公民館 13:30~16:30 ・休館（BBC）
26 (金) 大安	・古典文学の集い・万葉集 市立図書館 10:00から
27 (土) 友引	・総体 バスケットボール 勤労者体育センター 8:00から
28 (日) 先負	☎休日当番医 みながわ整形外科 ☎53-3877 9:00~17:00 ・総体 { 硬式テニス（シングルス） 庭球場 バレーボール 勤労者体育センター 9:00から
29 (月) 仏滅	・休館（民俗資料館、各コミセン、子供プール） ・定期露店市場

30 (火) 大安	・休館（文化会館、温水プール）
31 (水) 赤口	・心配ごと相談 市役所相談室3 9:00~15:00 ・休館（BBC）
9月 1 (木) 先勝	・休館（BBC）
2 (金) 友引	
3 (土) 先負	・加茂病院住民説明会 産業センター 10:00~11:00 七谷コミセン 15:30~16:30 ・休館（民俗資料館）
4 (日) 仏滅	☎休日当番医 徳友医院 ☎53-0167 9:00~17:00 ・定期露店市場 ・休館（民俗資料館）
5 (月) 大安	・休館（市立図書館、民俗資料館、各コミセン）
6 (火) 赤口	・補聴器相談 市役所相談室4 11:00~12:00 ・休館（文化会館、温水プール）
7 (水) 先勝	・心配ごと相談 市役所相談室3 9:00~15:00 ・なんでも健康相談 公民館 9:30~11:30 ・休館（BBC）

月日	休日当番医	☎
8/21(日)	堀内医院	52-0953
28(日)	みながわ整形外科	53-3877
9/4(日)	徳友医院	53-0167
11(日)	須田医院	41-5025
18(日)	星野内科医院	41-4141

古谷徹トークショー「声」が創る感動 ~想いが心を動かす~

日時 9月23日(金・祝) 午後2時~4時 会場 燕三条地場産業振興センターメッセピア1階多目的大ホール
定員 700人 申し込み 事前予約制です。二次元コードから申し込みください。
問い合わせ (一社) 燕三条青年会議所 (☎32-5151)



宝くじ 公式サイト **いつでも、どこでも。宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!**

24時間いつでもネット購入

宝くじ LOTO、BINGO、QuickOne

24時間買えて、ポイントもたまる! 今すぐ会員登録

お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター | TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) | TEL 011-330-0777 (有料)

市民憲章 第4条 (公共心・公德心) **いたわりと思いやりの心で ふれあいの輪をひろげます**

地域おこし協力隊だより①



松本悠雅さん（大阪府出身） トレーニング指導の資格を活かして、市民の健康づくりを支援します

加茂市の地域おこし協力隊から、ご自身が取り組んでいる事業のお話などを聞くコーナーです。今回は、着任して約半年になる松本悠雅さんにインタビュー形式でお話をうかがいました。

——着任から半年間でどのような活動をしてきましたか？

「講師が多いですね。健康教室や、今日みたいに体操教室など。それと市の健康ポイント事業に参加したり、一昨日は学校給食の従事職員の方向けの研修会があって、軽い運動の指導をしました。」（※取材時は短期体操教室直後でした。）



健康福祉課の「足の計測会」に従事しました

——今までの活動で印象に残っているものはありますか？

「一番初めにやった健康教室ですね。自分自身まだそういったスキルがなかったこともあり、準備や集客が大変でした。結局定員が集まったのも色々な方の協力があったからなので、そこの大変さを知りました。」

——協力隊の活動でやりがいを感じることはありますか？

「体操に関してはやはり経験があり、頼ってもらえる場面が多いのでそこで力になっていきたいと思えますし、そうして頼りにされることで自分のモチベーションが上がるところもあります。また、自分は体操という競技が好きなので、自分が体操に携わることで体操を好きになってくれる子が増えれば、それが自分のやりがいにもなるかなと思います。」

——加茂市の印象について教えてください。

「フレンドリーな人、気さくな人が多いなという印象があります。顔を知ってもらえたり、話しかけてもらえたりする機会が多いなと思います。」

——最後になりますが、今後の目標について教えてください。

「今日のような教室を開いたときに人が集まるようになればいいと思えますし、今こうして体操指導をしているので、体操に取り組んでいる子たちのバックアップや、体操が好きな子を増やせるような活動をしていきたいと思えます。また、何か健康や体操を取り入れたいという方や団体がいらっしゃったら、ぜひお話をいただけると嬉しいです。」



子ども向けの短期運動教室の様子

——本日はありがとうございました。

「ありがとうございました。」

問 総務課政策推進室 ☎内線 324

まごころでお手伝い

ご葬儀・家族葬のご相談承ります

LINEでも相談できます

LINE QRコードから友達追加

どなたでもご利用ください

メモリーナ西加茂にすけ会館	家族葬専用施設 プリエール	メモリーナ上条にすけ会館	メモリーナ田上にすけ会館
加茂市幸町1-10-1		加茂市上条2-22	田上町大字川船河1591-4

上質なご葬儀・家族葬が行える直営式場をご利用いただけます。

●ご相談・お見積り・ご依頼は365日24時間対応

0120-2010-41 花屋仁助 検索

【有料広告】

人口のうごき 8月1日現在 世帯 10,131 (-8) 人口 25,260 (-31)
 男 12,334 (-9) 女 12,926 (-22) ()内は前月比
 (7月異動分) 出生9 (男6 女3) 死亡31 (男 14 女 17) 転出44 転入35



リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

