

GOSSEN

ずっと五泉。～次の一步を、ともに未来へ～

広報ごせん
2020
9.10
No.353



順調に建設が進む複合施設（8月27日撮影）

●COVER(表紙の話は2ページ)

応募総数1,142分の1 -交流拠点複合施設 愛称決定-

- p 3 国勢調査
- p 4・5 高齢者見守り月間
- p 6・7 国保・年金・健康・福祉



スマホで広報紙「マチイロ」開始しました!
マチイロ 検索 (iOS・Android対応)



App Store
からダウンロード

Google Play
で手に入れよう



今回で100年目



国勢調査は10月1日現在、日本に住んでいる全ての人と世帯を対象として行う、最も大規模で重要な統計調査です。調査は住民票の届出に関係なく、ふだん住んでいる場所で、世帯ごとに実施されます。統計法では、正確な統計を作成するために、調査項目に回答する義務が定められています。必ずご回答ください。

簡単・便利な
インターネット回答が
オススメ!!

- スマートフォン、タブレット、パソコンから24時間回答可能
- かんたんな3ステップ回答
国勢調査オンラインにアクセス→ログイン→回答
- 厳重なセキュリティで安心・安全
- 調査員の訪問なし
10月7日(木)までに回答いただいた世帯には、調査員が再度うかがうことはありません

※コロナ禍による感染症の感染拡大防止の観点からも、インターネット回答の積極的な活用をお願いします。

インターネット回答は
9月14日～10月7日

生まれたばかりの赤ちゃんも
調査対象です
令和2年10月1日午前0時現在
で出生している子どもは、国勢調査の対象となります。忘れずに回答してください。



調査票での回答は
10月1日～7日

調査員は「調査員証」を携帯し、厳しい守秘義務を順守して調査にあたります。

9月中旬から
調査が始まります

調査員がみなさんの自宅を訪問し、調査書類を配ります。調査期間内に回答が無い場合は、調査員が再度訪問します。

調査員は「調査員証」を
携帯しています

・国勢調査では金銭を要求したり、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号などを聞きすることはありません。
・国勢調査をよそおった不審な訪問者や、不審な電話・電子メールなど、不審に思った際は、速やかに市にお知らせください。
調査員は「調査員証」を携帯し、厳しい守秘義務を順守して調査にあたります。

国勢調査
22項目
調査内容は19項目

- ・氏名
- ・男女の別
- ・世帯主との続柄
- ・出生の年月
- ・配偶の関係
- ・国籍
- ・現在の住居における居住期間
- ・5年前の住居の所在地
- ・在学、卒業など教育の状況
- ・就業状態
- ・従業地または通学地
- ・従業地または通学地までの利用交通手段
- ・従業上の地位
- ・所属の事業所の名称および事業の種類（産業）
- ・仕事の種類（職業）
- ・世帯の種類
- ・世帯員の数
- ・住居の種類
- ・住宅の建て方

問い合わせ
企画政策課情報政策係
☎(43)3911

複合施設の愛称決定!

ラポルテ五泉

最優秀賞受賞者 山崎正弘さん（五泉市城下）



新名所として大きな期待が寄せられている
交流拠点複合施設

応募総数は?

締切日の7月29日までに寄せられた愛称名は、1、142点（市内526点、県内182点、県外434点）です。市内の各学校にも協力をいただき、中には授業の一環で愛称を考える時間を取り入れた学校もあり、多くの児童・生徒からも応募をいただきました。

選考過程は?

8月中旬、市内の各団体や成人式実行委員会から選出された6人の選定委員による愛称選定会を開催。厳正なる審査の結果、候補作品が5点に絞り込まれました。その後、事務局が商標などの確認を行い、8月下旬に愛称を決定しました。



命名者は?

最優秀賞となった愛称の作者、山崎正弘さん（市内城下在住）は、五泉市の更なる発展に向けて『新たな扉』が開かれる重要な拠点となつて欲しいという想いでネーミング。「ポルテ」には『扉』という意味があり、また冠詞の「ラ」をつけると『五線譜・五線紙』という意味もあることから「ラポルテ五泉」の愛称で応募しました。

選定理由は?

芸術文化や本市の魅力に触れる入口（扉）となつて欲しい。また「五線紙」五泉市」を連想させ、これから先、夢と希望のメロディーを創り上げ、美しく奏でていきたいとの想いから、複合施設の愛称にふさわしいとして選定しました。

今後は、複合施設のPRはもちろんのこと、愛称の「ラポルテ五泉」を市民のみなさん、市外のみなさんに広く知ってもらえるよう積極的にアピールしていきます。



9月4日撮影

来年秋オープンに向けて建設工事は順調に進んでいます。産業振興エリアの木造部分も屋根組みが進み、多目的ホールの鉄筋部分が地上10mほど立ち上がるなど、日に日にその姿が分かるようになってきました。

問い合わせ
愛称：生涯学習課複合施設準備係
建設：都市整備課
☎(42)5195
☎(43)3911



(写真) 認知症の人が行方不明と想定した見守り訓練の様子。
開催を希望する町内は、地域包括支援センターまでご相談ください。

助け合い 支え合い

普段から 支え合える 地域でありたい

「見守り運動」
誰にでもできる

具体的には何をしたらいいの
だろう？ そんな人たちへ、まずは
日頃から誰にでもできる見守り活
動を3つ紹介します。

1つめは、あいさつです。「お
はよう」「こんにちは」など、日
頃から近所で声を掛け合っ
てみてください。あいさつは人と人
をつなぎ、地域の輪を広げます。

2つめは、気くばりです。普
段の様子を気にかけてみてくだ
さい。「いつもより元気がない
気がする」「いつもより顔が見
えなくなっている」など、様子
の変化に気づくことが大切です。
柄になっていけば、より様子の
変化に気づいてあげられるはず
です。

3つめは、助け合いです。お
互いさまの心で、ささいなこと
でも気軽に助け合いましょ
う。

見守り運動とは、何か特別
なことをするだけではありません。

高齢者見守りネットワーク「五泉市つながるねっと」



地域の連携 「つながるねっと」

市では、支え合いのネットワー
ク構築のため「つながるねっと」
を設立しています。これは地域の
みなさんが生活や業務の中で見
守り活動を行ってもらい、そこ
から適切な支援に繋げることを
目的としています。協力いただける
事業者は高齢福祉課まで連絡
ください。

日頃の生活の中で、これらのこ
とを心掛けて行動するだけで
も、誰もが住み慣れた地域で、い
きいきと暮らし続けることができ
ます。

様子が気になる 高齢者

あなたのまわりにいませんか？

ひとり暮らしのお宅で…

- ☐ 郵便物や新聞がいつぱい
- ☐ 洗濯物を取り込んでいない
- ☐ 何日も夜に電気がつかない
- ☐ ここ数日、姿を見かけない

悪徳商法にだまされている？

- ☐ 高齢者の家に見知らぬ
人が出入りしている
- ☐ 家の中に未開封の段ボ
ールがたくさんある



認知症かもしれない？

- ☐ 同じことを言ったり、尋ねたりする
- ☐ 質問と違う答えをする
- ☐ 不自然な服装で歩いている
- ☐ 自宅への帰り道が分からない



もしかして高齢者虐待？

- ☐ 家族が介護につかれているようだ
- ☐ 小さな傷やあざが目につく
- ☐ 家の中から怒鳴り声
が聞こえてくる
- ☐ お宅を訪ねても、
高齢者に会わせ
てもらえない



広げよう 支え合い

9月は高齢者見守り強化月間です

高齢者をはじめ、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすためには、
地域での支え合いが大切です。この機会に高齢化と地域の問題につ
いて考え、地域のみなさんにこそできる「見守り・支え合い」の活
動を始めてみませんか。

もしかして認知症？ 支援に困っている人へ



認知症初期集中支援チームをご
存知ですか？

認知症は初期の対応が重要です。
認知症初期集中支援チームは、認
知症になっても本人の意思が尊重
され、できる限り住み慣れた地域
で暮らし続けられるよう、その初
期支援を包括的、集中的に行うた
めに、医療や介護の専門家（医師、
保健師、看護師、社会福祉士、主
任介護専門員など）によって構成
されたチームです。

主に「認知症かもしれないけど、
まだ診断を受けていない」「診断
は受けていても適切な介護サービ
スにつながっていない、または中
断してしまった」「医療・介護
サービスは受けているが、認知症
の行動・心理症状が顕著で対応に
苦慮している」などの人を対象に
支援を行っています。家族や周囲
の人からの訴えを受けると、複数
の専門家で認知症が疑われる人お

認知症サポーター になってみませんか

認知症を正しく理解し、認知症
の人やその家族をさりげなく見守
る認知症サポーター。

今後、地域のみなさんが、でき
る範囲で活動することが大切にな
ります。地域包括支援センターで
は、町内会や老人クラブ、職場、
学校、仲間同士など、集会の場に
職員が出向いてサポーター養成講
座を開催しています。開催日時や
内容については、相談に応じます
ので、お気軽に申し込みください。



申込・問い合わせ
高齢福祉課いきいき福祉係 ☎(43)3911
村松支所 福祉係 ☎(58)7181
五泉地域包括支援センター ☎(41)1710
村松地域包括支援センター
(村松保健センター内) ☎(58)8811

マップを片手に 楽しく歩いて五泉を再発見

Vol.10

コースの詳細は、「ごせんウォーキングロードマップ」または、市ホームページをご覧ください。



問い合わせ 健康福祉課健康づくり係 ☎(43)3911 村松支所福祉係 ☎(58)7181

「ごせんウォーキングロードマップ」は、ありのままの自然や、古い町並みなどの風景を楽しみながら歩く(フット)ことができる小道(パス)を、『フットパス』としてコースの紹介をしています。

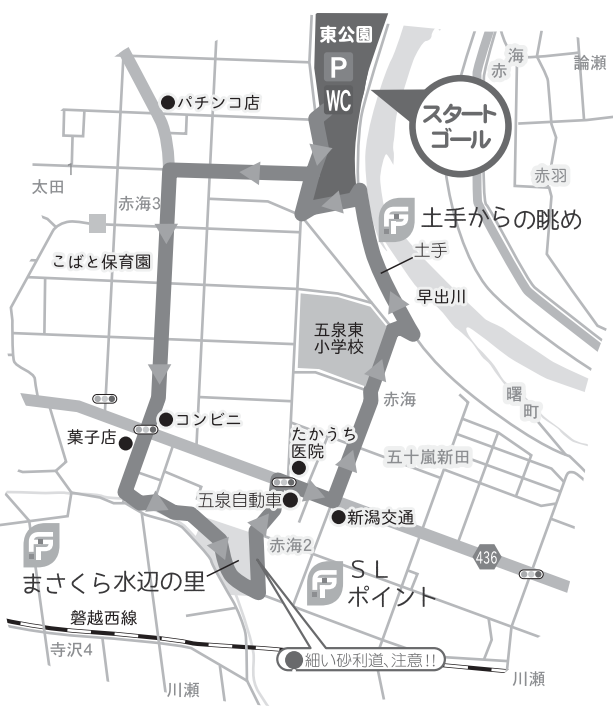
新型コロナと猛暑でいつもとは違う今年の夏。夏の疲れを解消するために、これからの季節、秋の訪れを感じながらウォーキングで気分転換を図ってみたいかがでしょうか。

今回は土手の開放感が気持ち良い爽やかなコースです。早出川の土手では、風や水の流れを感じながら、山々の景色を楽しむことができます。そして、東公園ではゆっくり散歩ができる遊歩道もあるので、ぜひ楽しんでみてください。

改倉の瀬音と早出の流れを聴くコース



距離 3.1km
歩数 4,800歩
所要時間 40分
消費カロリー 211kcal



スポ推が教える！ みんなの運動

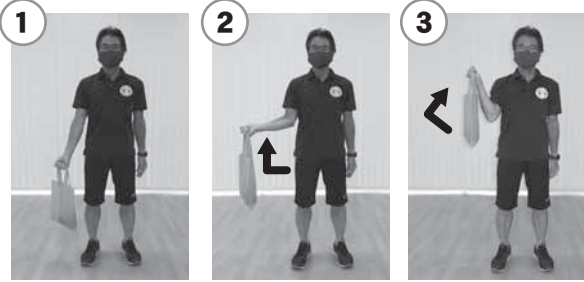
問い合わせ スポーツ推進課生涯スポーツ振興係(総合会館内) ☎(42)5194

エコバックで筋トレ編

はじめは片側10回ずつを目標に。慣れてきたら回数を増やしてみよう！

1. 腕の曲げ伸ばし(アーム・カール)

肩の三角筋の前側、上腕を鍛えます



1. 足を肩幅に開き、荷物を入れたエコバックを片手で持って立ちます。(写真①)
2. 脇をしめてヒジを曲げていき、ヒジと手が水平の位置で3秒止めます。(写真②)
3. ヒジの位置を変えず、肩まで曲げて3秒止めます。(写真③)
4. 5秒かけてゆっくり下ろします。

◆ポイント：手首・脚は曲げず、背中をそらさないように！

2. 脇腹の曲げ伸ばし(サイドベンド)

腹斜筋を鍛え、ウエストのくびれをつくります



1. 足を肩幅に開き、荷物を入れたエコバックを片手で持って立ちます。反対の手は頭の後ろに置きます。(写真①)
2. エコバックを持った側へ体を曲げます。反対側を気持ちよく伸ばします。(写真②)
3. ゆっくりと体を起こします。(写真③)

◆ポイント：骨盤は動かさず、上半身を真横に曲げよう！

五泉市スポーツ推進委員イメージキャラクター



エコバックの荷物を重くすると、より負荷がかかって効果的だよ！



国保・年金だより

----- 国民年金に関するご相談は -----
新潟東年金事務所国民年金課 ☎025(283)1016

市民課保険年金係
☎(43)3911
村松支所 市民係
☎(58)7181



お医者さんの 上手なかかり方

■ かかりつけ医を
持ちましょう

日常的な診療や健康管理は、かかりつけ医に相談しましょう。普段から健康状態を診てもらい、高度な治療や精密検査が必要であると医師さんが判断した場合、紹介状を書いてもらい、専門の大きな病院を受診するようになります。

■ かけもち受診は
やめましょう
同じ病気で、複数の医療機関

上手に利用を ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と比べて価格が安いのが特徴で、効能が同等の医薬品を使いながら、薬代を減らせるメリットがあります。また、医療費の削減により医療保険制度の安定的な運営も期待できます。

■ 効き目や安全性は？
ジェネリック医薬品の成分の



にかかると、医療費の自己負担額が増えてしまいます。また、重複する検査や飲み合わせの悪い薬を服用することにより、体に負担となることがあります。

■ 夜間・休日受診は
急病時だけ
夜間や休日に受診できる医療機関は心強い存在ですが、診療

有効性や安全性は確認されています。現在、製造・販売されているジェネリック医薬品は、国において厳格な審査を受け、先発医薬品と同等の効き目や安全性があると承認されています。

■ 使用するには？
処方せんにある「後発医薬品への変更不可」の欄に医師のサインがなければ、ジェネリック医薬品に変更が可能です。

時間外に受診すると時間外加算がかかり、医療費が割り増しになります。また、限られた診療や検査しか受けられず、診療時間内に改めて受診することになる場合もあります。軽症の場合は診療時間内に受診しましょう。

■ 「医療費のお知らせ」を
活用しましょう
病気やケガなどで医療機関にかかった情報を「医療費のお知らせ」として定期的にみなさんに送付しています。ご自身の健康管理と今後の受診の参考にしましょう。

■ 希望カードを
活用しましょう
医師や薬剤師に「ジェネリック医薬品希望カード」を提示して伝える方法もあります。当カードは、市役所市民課、村松支所市民係で配布しています。



年金事務所へ相談を 離婚時の年金分割制度

離婚した場合、二人の婚姻期間中の厚生年金を分割して、それぞれ自分の年金とすることができます。

◆ 請求期限があります ◆

- ・原則として、離婚後2年以内に手続きを行う必要があります。
- ・年金分割割合を定める調定等の長期化により離婚後2年を経過した場合は、調定等の成立日から6カ月以内(調定等の成立日が令和2年8月2日以前の場合は1カ月以内)であれば、手続きが可能です。

▶ 制度の詳細は… 年金機構ホームページ 離婚時の年金分割 検索

詳しい内容について、新潟東年金事務所へお問い合わせください

新潟東年金事務所 お客様相談室 ☎ 025(283)1013
※年金番号のわかるものをご用意のうえ、電話をお願いします。

年金事務所からのお知らせ 年金受給資格の案内

新潟東年金事務所により、年金受給資格の案内が、文書(8/3送付)、電話(8/24開始)で実施されました。文書が届いている人は、必ず内容をお確かめのうえ、年金事務所にご相談ください。

案内対象者

- ・国民年金被保険者で、保険料が長期未納(平成3年4月～令和2年3月分)となっており、年金の受給資格期間が84カ月以上120カ月未満の人
- ・70歳以上で、老齢基礎年金を請求していない人

知 9/10は「下水道の日」 未来の自然環境を守る下水道

問 上下水道局業務管理係 ☎(58)7181

下水道に地域のみなさんから接続していただけないと、十分な効果が得られません。自然環境や生活環境改善のため、早期接続にご協力をお願いします。

助成制度の活用で 下水道は早めの接続をお願いします！

下水道の普及促進のため、2つの助成制度を設けていますので、ぜひご活用ください。なお、この制度には税金や受益者負担金を滞納していないなど、一定の条件があります。



公共下水道接続促進助成金

下水道が利用できるようになった日からの年数に応じて、最高9万円

供用開始告示日から	助成金の額
1年以内	90,000円
1年超～3年以内	60,000円
3年超	30,000円（合併処理浄化槽） 15,000円（単独処理浄化槽・汲み取り便所）

接続工事の融資制度

上限100万円で、返済期間は5年（60回）以内
利率は年数に応じて無利子から2.1%

供用開始告示日から	利率
1年以内	無利子
1年超～3年以内	0.8%
3年超	2.1%



高度な専門知識と技術を必要とする排水設備工事は、必ず市の指定工事店に依頼してください。

イ お口のお手入れでスッキリ爽快 【健口教室】参加者募集

問 健康福祉課健康づくり係 ☎(43)3911

近年、歯周病が動脈硬化など全身の健康に影響することが明らかになりました。年齢があがるにつれて歯周病の人の割合は高くなりますので、早い段階での予防が大切です。

この機会に、歯周病予防や自分にあったお口のお手入れ方法について考えてみませんか？

参加者のみなさんには、お口のさわやかセット（歯ブラシ、歯間ブラシ、糸ようじ）を用意しています。参加費は無料で、どなたでも参加できますので、ぜひ参加ください。

▶日時 9月25日(金) 午前9時30分～11時
(9時受付開始)

▶会場 五泉市保健センター 集団指導室

▶講師 歯科衛生士 酒井 綾子 氏

▶持ち物 ハンカチ、手鏡（お持ちの人）

▶申込方法 9月18日(金)までに担当まで
電話で申し込みください

イ 参加者募集 乳銀杏・吉清水を歩く 秋のふれあいウォーク①

問 スポーツ推進課生涯スポーツ振興係
(総合会館内) ☎(42)5194 FAX(43)4190

ウォーキングで心地よい汗を流し、五泉の魅力を再発見しませんか。今回は切畑の乳銀杏（県指定天然記念物）や、吉清水湧水の里を訪ねます。

▶期日 10月11日(日)
午前8時50分～正午 ※小雨決行

▶集合場所 川東小学校

▶コース 小学校を出発し、切畑の乳銀杏や吉清水湧水の里を巡る約5.5kmのコース

▶対象・定員 市内在住または在勤の人・30人
▶持ち物 タオル、飲み物、雨具、保険証の写し
※新型コロナウイルス感染症対策のためマスクの着用をお願いします

▶参加費 200円、中学生以下100円、幼児無料
※当日受付で徴収します

▶申込期限 10月2日(金)

▶申込方法 申込用紙を記入し、総合会館またはさくらアリーナへ提出してください。総合会館のみ電話・FAXでの申込も受け付けています

知 お知らせ 募 募集 相 相談 イ イベント 篤 篤志に感謝

知 十分な対策で被害を防止 クマの出没に要注意！

問 環境保全課衛生係 ☎(43)3911



冬眠の準備に入る秋頃は、エサを求めて活発に活動する時期です。特に今年はエサとなる木の実が凶作から不作と予想されており、人里でも頻繁に出没する恐れがあります。被害を未然に防止するため、十分な注意と備えをしましょう。

クマを目撃したときは、すぐに 市役所環境保全課 または 五泉警察署☎42-0110 へ連絡してください

クマに出会わないために

クマに自分の存在を知らせよう

★鈴や笛、ラジオなど、音のするものを携帯する
★なるべく複数で行動する

出没場所、活動時間に気をつけよう

★目撃情報を確認し、いる場所には近づかない
★行動が活発になる早朝や夕方の外出は控える

おびき寄せる原因をつくらないようにしよう

★庭先の柿や栗などは放置せず、早めに収穫する
★収穫後の農作物、生ごみは野外に放置しない
★クマが身を隠さないように自宅周辺のやぶは刈り払う

もしもクマに出会ってしまったら

★あわてない、騒がない、走らない！
クマと向きあったまま、ゆっくり後退する。
★子グマの近くには母グマがいる可能性が高いので、絶対に近づかない。

知 市民の利便性向上へ 納税に「スマホ決済」を導入

問 税務課税収係 ☎(43)3911

スマホアプリ決済
で市税などの納付
ができるように
になりました！



▲アプリダウンロードはこちらのQRコードから▲

PayPay

LINE Pay

24時間 365日
自宅いつでも
簡単に
納付できます！

▶納付できる税目

固定資産税、市県民税（普通徴収）
軽自動車税、国民健康保険税
介護保険料、後期高齢者医療保険料

▶利用可能なアプリ PayPay、LINEPay

コロナ禍ですので、密を避けられ、自宅にいながら税金などを納付できる「スマホ決済」の利用をご検討ください。なお、詳しい内容はホームページで確認できます。

知 9/30は「交通事故死ゼロを目指す日」 秋の全国交通安全運動

問 環境保全課環境政策係 ☎(43)3911

「あおらない 優しい気持ちで 走る秋」
(スローガン)

9月21日(月)祝日から30日(水)にかけて、秋の全国交通安全運動が行われます。夕暮れの早まりと秋の行楽シーズンが重なるこれからの時期は交通事故が多発します。交通ルールを守り、事故を起こさないようにしましょう。

～ 運動の重点 ～

①子どもを始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保 ～横断歩道での歩行者優先～
(新潟県重点)

②高齢運転者などの安全運転の励行

③夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転などの危険運転の防止



くらし の情報

2020.9.10号



知 入学前の健康診断

学校教育課学務係

来年4月に小学校へ入学する子どもの健康診断を学校で行います。「健康診断通知書」を9月下旬に郵送しますので、届かない場合は担当まで連絡をください。

転居の予定がある場合などは、受診する学校を変更できます。

対象 平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ

期日・受付時間
五泉小学校（10月27日火）
午後1時20分～1時45分
五泉南小学校（10月16日金）
午後1時～1時20分
五泉東小学校（10月14日水）
午後1時10分～1時30分
川東小学校（10月29日木）
午後1時～1時15分
巢本小学校（10月27日火）
午後1時15分～1時30分

知 ストップ！野焼き

環境保全課環境政策係

廃棄物の野外焼却による悪臭や煙の苦情が寄せられています。野外焼却は、廃棄物処理法に定められた場合を除き、禁止されています。違反した場合には5年以下の懲役もしくは一千万円以下の罰金が科せられます。また、焼却する際に有害物質が発生すること

知 小中学生の就学援助

学校教育課学務係

経済的に困っている家庭に学用品費の一部や給食費などを援助しています。希望する人は学校または学校教育課に相談してください。援助を受けられる人

生活保護は受けていないが、経済的な理由のため教育費の支払いが困難で、同一生計世帯の総所得が基準値以下の人

知 五泉産品を応援する店

商工観光課観光係

地産地消の推進と五泉産品の生産振興・消費拡大を図るため、市内で生産された農産物や、その加工品を販売する店や飲食店を募集します。ぜひ一緒に『五泉産品』をPRしませんか。申請は随時受け付けています。

認定基準

。五泉産品を使用し、メニューなどにその表示をすること
。五泉産品の販売コーナーを設け、その表示をすること など
※認定された店舗には、認定証、のぼり旗またはステッカーを交付します。

申込・問い合わせ

五泉フードブランド推進実行委員会事務局（商工観光課内）

今月の納税

納期限 9月30日(水)
国民健康保険税(普通徴収) 3期
介護保険料(普通徴収) 6期
後期高齢者医療保険料 (普通徴収) 6期

納期限内に納税をお願いします

。橋田小学校（10月8日木）
午後1時10分～1時20分
。大蒲原小学校（10月28日水）
午後1時15分～1時30分
。村松小学校（10月28日水）
午後1時20分～1時40分
。愛宕小学校（10月7日水）
午後1時～1時15分

募 会計年度任用職員の募集

総務課人事政策係

新型コロナウイルス感染症に対する緊急雇用として、会計年度任用職員を10月30日まで募集します。採用予定人数 一般事務：2人、保健師または看護師：1人、管理員：2人

応募資格

五泉市在住または、五泉市内の企業に勤務していた人で新型コロナウイルス感染症の影響により内定取消・解雇・廃業などをされた人
※募集要項・申込書は市ホームページ、総務課、村松支所地域振興係にあります。

知 民生委員・児童委員の交代

健康福祉課援護係

9月より「第一地区（五泉中学校、五泉南小学校担当）」の民生委員・児童委員（主任児童委員）が交代しました。

（旧）永田正文さん
（新）小出秀彌さん

知 コロナ禍でも必要な受診を

健康福祉課医療対策係

新型コロナウイルスへの感染を懸念して、医療機関への受診を控える傾向が強まっています。

があり、人の健康や自然環境に深刻な影響を及ぼします。廃棄物は絶対に自分で燃やさず、適正に分別を行い処分してください。

知 稲わらは大切な資源

農林課農産係

稲わらやもみ殻は、秋すき込みや堆肥にして使用することで、ケイ酸などが不足する圃場で地力を上げる土づくりに効果があります。また、家畜の飼料として供給するなどの利用方法もあります。資源として有効に活用しましょう。

知 トラクターの路上マナー

農林課農産係

道路上に落ちた泥や土は、通行の妨げになるだけでなく、交通事故の原因にもなります。トラクターなどで公道を走行するときは、事前に土の塊などを落としましょう。



知 敬老祝品の贈呈

高齢福祉課いきいき福祉係

長寿を祝し、9月中旬以降、職員が今年度88歳および100歳以上のの人に敬老祝品をお届けします。

自己判断で受診を控えると慢性疾患の症状悪化や免疫力低下により、ウイルスに対抗できない状態になることがあります。過度な受診控えは健康上のリスクを高めますので、まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

上手な医療のかかり方

検索

募 (会員募集中)入会説明会

五泉市シルバー人材センター（福祉会館内） ☎(43)5911

シルバー人材センターは、会員にそのライフスタイルに合わせたさまざまな就業を提供する組織です。会員になって活躍してみませんか。入会の対象は市内在住の60歳以上の人です。
日時 福祉会館：第2木曜日
午前9時30分～
村松支所：第4金曜日
午後2時～

♥ 篤志に感謝

8月18日現在(敬称略)

市へ（村松郷土資料館へ）
♡現金 130,000円
高木誠（福岡県在住）



東北電力からのお願い

発電所やダムから水を流すときは、スピーカーやサイレンによってお知らせします。

次のときに **スピーカー** をならします

- ①ダムから初めて水を流す10分前
- ②発電所から初めて水を流す10分前
- ③発電所の出力を増やし水を多く流すとき

放送内容 いまから川の水が急が増えます。河原にいる人は危険ですからすぐに上がってください

次のときに **サイレン** をならします

- ①ダムの放流量が毎秒1,500㎥に達したとき
- ②ダムの放流量が毎秒3,000㎥(洪水量)に達したとき
- ③ダムの放流量が洪水量オーバー後毎秒1,000㎥増加毎

警戒内容 サイレン…休止…サイレン…休止…サイレン
50秒 10秒 50秒 10秒 50秒

河川への不法投棄はやめましょう！
問い合わせ 東北電力株式会社阿賀野川ダム管理所 ☎0241(47)2006

新型コロナ対策 各種イベントなどの中止

さといもまつり

農業まつり(五泉会場)

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため開催を中止とします。

農林課農産係

会社やお店のPRに！

広報ごせん 有料広告募集

申込期限
9/30
(水)

募集号▶ ※申込先着順。満枠になり次第締切

10/25号(2枠)、11/10号(2枠)、11/25号(3枠)

広告の規格(1枠) 縦52mm×横63mm

掲載料金(1回1枠)

市内事業者 8,000円

市外事業者10,000円

市内外に

約19,000部

配布します

申込・問 総務課広報広聴係

お得な特典、便利なサービスいろいろ！宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1 「宝くじ公式サイト」を探索！メールアドレスの登録（仮登録）
「宝くじ公式サイト」を探索して、宝くじサイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録（仮登録）します。

STEP2 会員情報の入力(会員登録)
① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただく和新規会員登録が完了します。
宝くじ売り場でポイントをためる／つかうための手続きは以上で完了

STEP3 決済情報の入力
ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。
以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります！

本件に関するお問い合わせ先 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)
受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました！

宝くじ公式サイトはコチラから



お誕生

赤 ちゃ ん	保 護 者	住 所
夏 琉 (な る)	宮澤 徹也	東石曾根
龍 雅 (りょうが)	難波 篤志	下大蒲原
佑 弦 (ゆいと)	貝津 堯也	不動堂
花 夏 (は な)	吉田 圭太	本町 2
蘭 来 (ら ら)	在長 拓也	赤海 2
ひなた	吉田 崇志	吉沢 3
朝 陽 (あさひ)	熊倉 侑己	村松駅前通 7

おくやみ

氏 名	年 齢	住 所
大塚 時子	76	桐林 1
藤塚 ツエ子	84	能代
関川 和江	92	横町 2
佐藤 フミ	82	今泉
高橋 サチ	78	論瀬
町田 道子	85	三本木 1
波多 隆	77	曙町
斎藤 淳一	63	小山田
高野 セイ子	84	伊勢の川
星 ノブ	91	搦手
眞保 守	92	日の出町 5
宮島 ハルエ	84	不動堂
山田 初枝	92	本村 8
浅井 敏男	62	三本木
樋口 隆一	84	丸田
大野 アイ	99	泉町 1
長谷川 勝美	59	吉沢 3
高橋 喜美枝	78	駅前 1

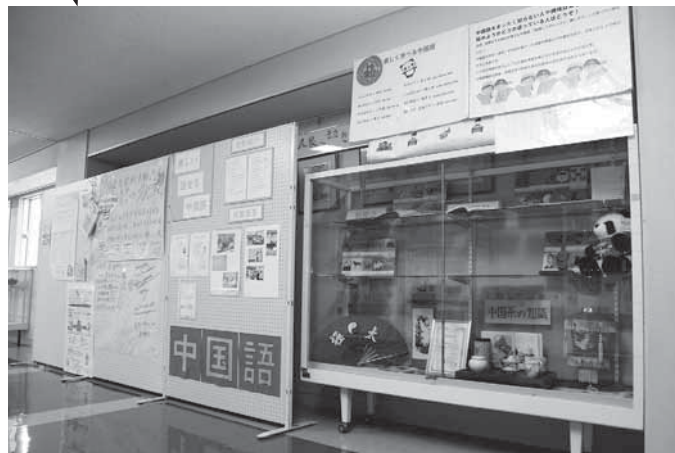
8月16日から31日までの届出です。(敬称略)
保護者やご遺族などの承諾を得て掲載しています。
旧村松町の住所欄は行政区で表示しています。

頭と体と心を刺激



いつまでも健康で過ごせるようにと、脳の活性化を促す教室がかがやきの郷で行われました。指の体操やクイズ、歌などで楽しみながら頭の運動をした参加者たち。交流の場にもなっている教室は頭と体だけでなく、みなさんの心も動かしていました。

8月17日
~12月6日 わたしたちの活動を紹介



コロナ禍で中止となった、生涯学習フェスティバル。今年は一堂に会しての開催は叶いませんでしたが、総合会館と村松支所に展示コーナーを設け、各団体ごとに期間を決めて、リレー形式で展示しています。ぜひ足を運んでいただき、ご覧ください。

むし歯から守るために



1歳6カ月～年少児を対象とした歯科健診・フッ化物塗布が保健センターで行われました。フッ化物塗布では嫌がって口を開けない子どももいましたが、「ちゃんとできてえらいね」と保護者から励まされると、大きな口を開けて頑張っていました。

ぼくのが一番おおきいぞ



農産物の収穫を通じて食育を学んでもらおうと各園で実施している収穫体験。晴天にも恵まれ黄色い花が咲いたオクラ畑にお邪魔した年長児12人は、早速ハサミでオクラを収穫。「大きいのが採れたよ」と見せあうなど、初めての体験に満足した様子でした。

ハチ駆除 草刈り、伐採

・その他お気軽にご連絡下さい

☎ 0250-43-0135

便利屋さんのマルキ

2020 水織音亭安中
庭園御膳プラン

お庭を眺めながら御弁当deランチ
いつもより少しリッチにランチを楽しみませんか?

其の壺 庭園御膳 水 ¥2,800	其の式 庭園御膳 織 ¥4,000	其の参 庭園御膳 音 ¥5,200
--	--	--

★お席料・サービス料・消費税込み
事前のご予約が必要となります。
お気軽にお問い合わせください。

ガーデンホテル **マリエール**
五泉市赤海 1074-1
☎0250(42)1212

無料相談会のお知らせ！

保険加入・見直し相談 9/12(土)、9/26(土)	交通事故相談 9/19(土)、10/3(土)
---	---

上記以外の日時をご希望の場合はご相談ください

お申込みは電話またはインターネットから



【後援】FM新津

理学療法の観点から楽しく実践！
腰・膝の痛み予防・改善教室

運動やセルフケアの実演のほか、
疑問や相談などにもお答えします。
お気軽にご参加ください！



講師 理学療法士 高橋 諒

毎週月曜日 開催	受講料
腰の教室 9:30～10:30	回数券(5回分) 3,000 円
膝の教室 10:40～11:40	お試しで初回のみ 500 円

〈会場及び
申込・問〉花のまち旅行・花のまちひろば
☎080-4076-4539 〒959-1865
五泉市本町2-4-23-1

家松の京割

9月21日は敬老の日
おじいさまやおばあさまと
割烹のお弁当や釜めしは
いかがでしょう？

和弁当 1,500 円～ 釜飯各種 1,000 円～
お電話はコチラから TEL 0250-58-715

 スズキ大商談フェア開催中!!

当社でのご商談でトートバックをプレゼント！
 さらに抽選で豪華景品GET!! 是非当店へ(^)/

ご商談特典

キャンペーン期間中、
スズキのお店でご商談された方だけのチャンス!

応募期間 17:00~17:00
8月21日~9月30日

A

ヤマハ
バイパスプロジェクト



10名様

B

ダイキン
空気清浄機



10名様

C

ソニー
ウェアラブルヘッドセット



10名様

☎0250-43-0500 五泉市ニツ柳68
スズキトラスト新潟株式会社
有限会社 下越自動車工業 ☎0250-42-1155



炭焼き人
白井 智雄 さん

地域おこし協力隊の青木です。
今回は、上大蒲原にある炭焼き小屋で、環境を考え実践する炭焼き人、白井智雄さん取材しました。

——子どもの頃の記憶から
長岡で生まれ育ちました。家の近くにはきれいな川が流れていましたが、工場排水により汚染されていく様子を見て、子どもながらに心を痛めていました。そんな子



どもの頃の経験から環境問題に興味があり、退職する数年前から、勉強会などに参加して学びを深めていきました。

炭焼きとの出会い

そんな中、知人から炭焼き小屋の提供と、炭焼きに詳しい大学教授から指導いただく機会があり、トントン拍子で炭焼きを始めることになりました。

活きた山にしたい

炭焼きには間伐した木を使います。間伐することで、二酸化炭素をより吸収してくれる山になります。また、太陽の光が地面まで届くことで草や低木が育ち、動植物が共存できる環境ができ、活きた山となるのです。

永遠のテーマ「環境保全」

現在、小学校などを訪問し、生ごみをリサイクルした肥料を使っています。元気な野菜の作り方を指導し、興味を持ってもらい、環境にやさしいことを実践してもらえよう、今後も環境保全について伝えていきたいと思っています。

ひやんでいいまち訪問日記 by青木順子

interview note

75歳の白井さんは炭焼き人になって8年。炭焼きを始めることになった当時について話すときのいきいきとした表情に引き込まれました。今は指導者としての立場もあり、環境保全のためにさまざまな活動をしています。生ごみリサイクルによる肥料や炭を利用して土を活性化させるとは興味深い話です。今後の活躍も期待しています！



五泉市地域おこし協力隊 - Facebook配信中 -



「いいね!」「フォロー」大歓迎!
隊員が活動の様子や市の地域情報などを発信しています。

困ったとき、不審に思ったときは連絡を

五泉市消費生活センター ☎(47)4578
平日午前10時～午後4時(年末年始を除く)



詐欺メールにご注意!

実在の会社から「未納料金が発生している。本日中に連絡がない場合、法的手続きをとる」とショートメッセージで通知がきた。会社名に見覚えがあったため、記載の電話番号にかけると、利用状況の確認のためと個人情報聞き出されたうえ、未納料金をプリペイドカードで支払うように指示を受け、いわれるがままにカードを購入してしまった。

実在の会社を装った詐欺が増えています。ショートメッセージ、電話、はがきなどで未納料金やサイト料金を催促されることはありません。犯人はあなたが、「気になって、あせって、不安になって」連絡してくるのを待っています。そのため、あえて詳細を書かない、法的手続きをにおわせるという、不安をあおる内容となっています。通知がきても「詐欺」を疑い、絶対に連絡はせずに無視しましょう。

身に覚えのない請求を受けて不安に思うことやトラブルが生じた場合は、消費生活センターや警察にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

人権標語

～令和元年度～ (敬称略・50音順・学校名は応募時)

- ◆「君のこと 一人ぼっちには させないよ」
樋口 丈留 (村松小学校)
- ◆「くらやみを てらす光は 生きる希望」
星 那奈子 (村松小学校)

問い合わせ

企画政策課企画政策係
☎(43)3911

健康ナビ vol.102

ネット依存とゲーム障がい

子どもから高齢者まで、誰もが願う健康。気になる病気の症状や予防法、家庭でできる健康づくりなど、毎日を健康に過ごすための情報をシリーズで紹介します。

近年、子どもたちのネットやゲームの利用時間増加が問題となっています。ネット依存とは、スマホゲームやSNSなどインターネットに熱中するあまり、学力が低下したり、人間関係や健康面に悪影響を及ぼす状態のことです。中でも「ゲーム障がい」は、2019年5月にWHO(世界保健機関)により、新たな国際疾病として認定されています。

す。これはアルコール依存やギャンブル依存でも同様に起こる変化です。

- ①ドーパミン神経の機能低下
…喜びの喪失や気力の低下
- ②理性を司る前頭葉の機能低下
…切れやすく、感情的になる
- ③依存対象(ネット利用)に対する脳の過敏化
…自分で止められなくなる

——ネットを使いすぎると…
代表的なトラブルとしては、視力や体力の低下、めまい・頭痛・肩こりなどの体の不調、睡眠障害、意欲・思考力低下、攻撃性が増す、感情の抑制不良などの心の不調が挙げられます。

——脳への影響は
ネット依存は脳の変化を招きま

に影響を受けやすいため、予防が何より大切です。ネットの利用開始年齢をなるべく遅らせることや、利用時間や回数を決めること、親によるゲーム時間の監視設定機能を利用することなども有効です。ネットは便利で使い勝手のよいツールですが、家族で付き合いう方を考えてみてはいかがでしょうか。

こんにちは！ にこにこスクエア へようこそ



五泉市子育て世代包括支援センター
「にこにこスクエア」
五泉市保健センター内 ☎(43)3911

○赤ちゃんのカラダ

「お弁当と水筒」の名言は、国立岡山病院小児医療センターの山内逸郎先生の言葉。山内先生は日本の未熟児・新生児医療のパイオニアで、晩年は母乳育児推進に尽力された名医です。

赤ちゃんは産まれる前の数週間でお弁当(皮下脂肪)と水筒(細胞外液)をからだに蓄えて産まれてきます。胎盤から出るホルモンの影響で、出産後3日間はある母乳が出ないため、それに備えて赤ちゃんはちゃんと蓄えを持って産まれてくるのです。

実は、赤ちゃんは少しむくんだ状態で産まれ、しばらくは体重が減るのが当たり前。でも、3日過ぎててもまだ母乳が出なかったら大

赤ちゃんってすごい！

～赤ちゃんは「お弁当と水筒」を持って産まれてくる～

○成長を確認しながら

産まれて1か月くらいの間は、母乳が足りているのか…、ミルクを足した方がいいのか…、心配になるものです。そんな時は「ママ♡サロン」で赤ちゃんの体重測定ができます。赤ちゃんの体重が順調に増えていれば、母乳やミルクが十分足りている証拠です。

「にこにこスクエア」は、訪れる人が笑顔になる場所であるよう、ママと赤ちゃんをことん応援します。お気軽にご相談ください。

丈夫かと心配になりますよね。母乳がしっかりと出てくるようになるための鍵は、頻回におっぱいを吸わせること。授乳中には、プロラクチンやオキシトシンという母と子の愛着形成に重要なホルモンも出ています。母乳育児が確立されるのには数カ月を要するのが普通。焦らずマイペースで大丈夫です。ただ、やむを得ない理由で母乳をあげられない場合もあります。母乳のメリット、人工栄養のメリットそれぞれの良さがあります。大事なことは、ママの健康と赤ちゃんの健やかな成長です。



社会教育関係団体の登録は随時、受け付けています。



五泉市明るい社会づくり運動協議会

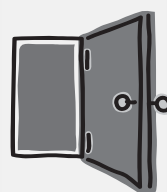


活動日時・場所
活動に応じて
会員数 79人
代表者 土田春夫さん
連絡先 佐藤浩さん
☎(47)4849
携帯090-7942-7473

社会教育関係団体の紹介

まなびのトビラ vol.106

市内で活動する220余りのサークルなどが社会教育関係団体に登録しています。「もつと学びたい!」「もつと知りたい!」という仲間が集まり、楽しく活動中です。みなさんも学びの扉を開いてみませんか?



Q どんな団体?

当協議会は、平和で生きがいのある健全な社会の実現に貢献するため、福祉や社会教育、まちづくりなどの奉仕活動、社会活動を展開しています。

Q 活動内容は?

アフリカへ毛布を送る運動、夢ポッケ運動といった支援活動や、五泉駅前の清掃、五泉市花いっぱい運動などの清掃美化活動、講演会などを行っています。

Q みなさんに一言!

「ありがとう」「手を結んで」「人さまへの思いやり」。一人ひとりがこんな気持ちでいれたら、素晴らしい社会が築かれるでしょう。「自分たちの街は自分たちの手でよくしていきましょう」をモットーに、賛同いただいた人たちで活動しています。みなさんの仲間入りをお待ちしています。

問い合わせ

生涯学習課生涯学習推進係
(総合会館内) ☎(42)51195
FAX (43)41190

あたたかくおいしい防災食を

〜すもと保育園親子クッキング〜

8月21日、すもと保育園で親子クッキング教室が開催されました。テーマは災害時に役立つ「防災対応パッキングクッキング」。園児17人とその保護者が参加し、カレーづくりに挑戦しました。

パッキングクッキングとは、耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま湯せんする調理方法。園児たちは型抜きを使って野菜を切ったり、ポリ袋に入れた具材を混ぜたりと、楽しそうに調理に取り組んでいました。

カレーには園児が育てたトマトやナスなどの野菜も入り、栄養もたっぷり。参加者からは「パッキングクッキングは初めてこんなにおいしいカレーができるなんて驚きです。こうした知識はとても大切ですね」との感想が聞かれ、防災への意識が一層深まった教室となりました。



広報 ごせん

発行／五泉市
編集／総務課広報広聴係

令和2年
9月
10日号
No.353

〒959-1692 新潟県五泉市太田1094番地 1
TEL 0250-43-3911 FAX 0250-42-5151
E-mail: info@city.gosen.lg.jp
URL: <https://www.city.gosen.lg.jp>
毎月10日・25日発行



緊急情報



あんしんメール



JA 新潟みらいグループ
～随時、見学受付～
最寄の際はお立ち寄り下さい

やすらぎホール五泉

24時間受付・年中無休
事前相談等お気軽にご相談下さい

家族葬用
別館完備

☎41-1194
いいくよう

別館「水蓮」
すいれん

〒959-1834 五泉市木越 148
☎0120-580-980 FAX 41-1195



有・料・広・告

新潟県ゆかりの作家

星裏一
(旧北魚沼郡小出町)
木の風景 (E)
木版画
商品番号 026



全国発送承ります。

たけだがろう で検索!

絵のある暮らし 絵になる暮らし

武田画廊

五泉市赤海3846 北新マンション 0250-43-5607

