

ごせんに新しい風を。

# GOSEN



ずっと五泉。～次の一步を、ともに未来へ～

広報ごせん  
2022  
**6.10**  
No.395



◎COVER(表紙の話は20ページ)

## 守りたい。確固たる使命 -令和4年度水防訓練-

◎今号の話題(2・3ページ)

### 災害への備え 災害から身を守る 備え・準備のポイント

p 5 新型コロナワクチン接種

p 6・7 田邊市長の体験記

p 10・11 食育のまち 五泉



観光情報やイベント情報など、五泉の旬な情報を発信中！ go! go! gosen♪

五泉市公式フェイスブック <https://www.facebook.com/gosencity>

いいね！



# 災害への備え

災害から身を守る

## 備え・準備のポイント

問い合わせ

総務課防災係

消防本部

災害時のテレホンサービス

(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399	(42) 3399
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

## 1 避難行動を事前に確認

### 家族で確認

災害発生時に逃げ遅れないように、家族や地域で避難経路や避難先などを確認しておきましょう。



平成23年7月「新潟・福島豪雨」での浸水  
(平成23年7月30日撮影、旭町地内)

河川の氾濫、土砂災害が心配される時季になります。身近な災害の危険を確認し、日頃の備えと早めの行動を心掛けましょう。

梅雨の季節が到来し、大雨や集中豪雨による浸水被害や

やや集中豪雨による浸水被害や

災害時には隣近所や町内会など、地域で助け合う「共助」が大切です。普段から、防災資機材の備蓄、防災訓練の実施など、災害時の備えや行動を確認しておきましょう。

■ハザードマップには：  
洪水浸水想定区域、土砂災害警戒区域のほか、防災情報や非常持出品リストなど、防災に役立つ情報を掲載しています。



五泉市  
災害ハザードマップ  
- 洪水・土砂災害 -

総務課、支所地域振興係で配布するほか、市ホームページからも確認できます。

五泉市ハザードマップ 検索

## わたしの避難計画 マイ・タイムライン vol.1

“命を守る”ために早めの避難を

今号から4回連載でお伝えします。



「わたしの避難計画（マイ・タイムライン）」は、大雨や台風が接近したときの避難行動をあらかじめ具体的に確認し、いざというため作成しておくものです。

一人ひとりで、家族で、地域で、それぞれのマイ・タイムラインを作ることで防災対策を総点検し、災害から身を守りましょう。

「わたしの避難計画（マイ・タイムライン）」の記入表と作成の手引きは、9月に全戸配布する予定です。

## 2 積極的な情報収集

2

### 防災用品の準備

災害によってライフラインが止まつたときや、他の場所への避難が必要なときに備え、携行品や備蓄品を準備しておきましょう。

市ホームページ・緊急情報ツイッター

市ホームページに掲載するほか、ツイッターでは普段から緊急情報を配信しています。

ツイッターアカウント：@Gosen\_EMG

▲登録はこちら

災害への備えとして、水や食料などのほか、多くの人が集まる避難所では、新型コロナウイルス感染症対策も必要です。体温計やマスク、消毒液など、できる限り各自で準備するように心掛けましょう。

なお、災害時に必要となる非常持出品や備蓄品は、ハザードマップにチェックリストを掲載していますので、準備や確認の参考にしてください。

チェックリストは  
災害ハザードマップ  
50ページに掲載

準備OK

## 地域の助け合いを支援 防災組織づくり 支援事業補助金

問い合わせ  
総務課防災係 (43)3911

防災情報や避難情報はこちらから確認できます

### 緊急速報メール

各携帯電話会社で行っている配信サービスです。災害時に、避難情報などが市内にある携帯電話へ一斉に配信されます。

五泉あんしんメール 検索

### 五泉あんしんメール

防災行政無線の放送内容を、パソコンや携帯電話へ配信しています。利用するには登録が必要です。



▲登録はこちら

## 土砂災害に注意

6月は土砂災害防止月間です

土砂災害は、一瞬のうちに尊い命や財産を奪ってしまう恐ろしい災害です。山や崖、川などで異常な箇所を見つけたら、すぐに避難し、市役所または新津地域整備部に連絡してください。

### 土砂災害の種類と前兆現象

- 崖崩れ…崖に亀裂が入る、小石がぱらぱらと落ちてくるなど
- 土石流…山鳴りがする、雨が降っているのに川の水位が下がるなど
- 地すべり…地面に亀裂や段差ができる、樹木が倒れるなど

連絡先 都市整備課土木係 (43)3911  
新津地域整備部工務課 (24)9686

出前講座を開催  
自主防災組織の設立を検討している町内会に対し出前講座を行っています。日時や内容は相談してください。

あなたがお住まいの町内会には、自主防災組織はありますか？災害発生時に大きな力となるのは、近所や町内会のみなさんの協力や助け合いでです。災害への備えとして、地域のみなさんと連携し、自主防災活動を行うことが求められています。

市では、自主的な防災活動を行う町内会などの組織に対して補助金を交付しています。防災活動に必要な資機材の購入や防災知識の習得などに活用してください。

※補助金の交付を受けるためには、防災組織の設立が必要です。

# 春の叙勲

このたび春の叙勲が発表され、元新潟県警部の石本悟氏が

警察功労で受章されました。

晴れの受章おめでとうございます。



## 石本悟氏に瑞宝双光章

石本悟氏  
(寺沢4 73歳)

石本氏は、昭和43年に警察官を拝命。新潟中央警察署、燕警察署などで主に鑑識係として25年間にわたり活躍。幾多の事件などでは常に第一線に立ち、その職務に尽力されました。また、平成21年には秋葉警察署の交番所長に就任し、地域住民の安全と安心の確保のため、多大な貢献をされました。

このほか、防衛功勞で瑞宝單光章を受賞された1人を合わせた2人が受章されました。

みなさま、こんにちは。

旧暦では水無月で、梅雨の季節となり一年でも一番の出水期でありますが、暦では水がない月。旧暦つまり陰暦と陽曆（太陽暦）では時間差があります。私は前の職業で中国吉林省に赴任していたことがあります、中国・中華圏でのお正月は毎年違っていました。1月中旬であつたり2月に入つてからあつたり、「春節」と呼ばれ、ちまたは大変はなやぎ、楽しい思い出があります。

さて、菅名・大藏・白山など山々の雪はすっかり消え、まさに緑のじゅうたんが敷かれている山面は自然の美しさそのものです。視力の弱い私は眼鏡をとつて遠くの山々の木々、自然などを見るのは視力回復のトレーニングになっています。

しかし、自然は時として想像を絶するほどのエネルギーを発し、私たちに脅威を与えることがあります。

私は眼鏡をとつて遠くの山々の木々、自然などを見るのは視力回復のトレーニングになっています。

想像を絶するほどのエネルギーを発し、私たちに脅威を与えることがあります。



五泉は誰もが感じる水の豊かな所です。水の恵みに感謝し、恐怖をもつて、出水に対する防災意識を改めてこの時季に喚起したいと思います。

## ごせん歳時記

vol.4

五泉市長 田邊正幸

既にご承知と思いますが、気象庁が

今から積乱雲（よく言う入道雲）が直線状に並んで大雨を降らせ続けます。

気象現象の「線状降水帯」を予測し、半日から6時間前に予測情報

所による降水量などの地域気象観測システム）のデータから予測するの

ですが、その情報をいかに私たちの防災につなげるかです。線状降水帯予測の警戒レベルによつては即時避難の措置もあり得るでしょう。私は

市民のみなさんが安全安心で過ごせるように、防災意識の向上とその環境整備に最大限努めてまいります。

この広報ごせんを活用し、また地域、町内などへおじやまし、防災啓発活動に取り組みます。

五泉は誰もが感じる水の豊かな所です。水の恵みに感謝し、恐怖をもつて、出

水に対する防災意識を改めてこの時季に喚起したいと

まもなく4回目接種が始まります

## 新型コロナワクチン接種

問い合わせ 新型コロナワクチン接種対策チーム（健康福祉課内）☎(43)3911

市では、五泉中央病院や医師会、歯科医師会、薬剤師会などの協力により、集団接種や個別接種を進めています。

**対象者** 3回目接種から5カ月以上経過している人で、次のいずれかに該当する人

- ① 60歳以上の人
- ② 18歳から59歳で基礎疾患有する人、その他、医師が重症化リスクが高いと判断した人

**接種会場** 市集団接種会場、五泉中央病院、石曾根医院、大日方医院、金子医院、北五泉クリニック、五泉六島クリニック、篠川内科医院、佐藤医院、渋谷医院、ひろせ内科クリニック、渡辺内科

**接種時期** 7月9日㈯から

※会場により開始時期が異なります。

**接種券の発送** 対象者には6月下旬以降（3回目接種から4カ月経過後を目標）に、順次、接種券を発送します。

**予約方法** 市の予約専用サイトまたはコールセンター

■基礎疾患を有する人とは

1・2回目の接種で「基礎疾患

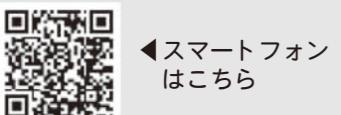
- 病気などの状態にあり、通院

○基礎疾患を有する人

- 医師が重症化リスクが高いと判断した人
- 基準（BMI 30以上）を満たす肥満の人
- 精神障害者保健福祉手帳または療育手帳を持っている人、自立支援医療で「重度かつ継続」に該当する人

予約はネットが便利！

予約専用サイト



◀スマートフォンはこちら

市ホームページからは  
↓こちらをクリック↓

新型コロナワクチン接種の予約  
24時間受付中  
インターネット簡単ご予約はこちら

コールセンター

平日午前9時～午後5時  
☎025(250)0272



https://www.city.gosen.lg.jp/corona/6671.html

五泉市  
コロナワクチン

検索

## 3回目接種日程

※3回目接種は最後の日程となります。

接種日	時間	接種会場	ワクチンの種類
6月25日㈯	午後1時30分～	市集団接種会場	武田／モデルナ社製
6月26日㈰ 【12歳～17歳のみ】	午後2時15分～	五泉中央病院	ファイザー社製

7月以降に3回目接種を希望する人へは、次号以降の広報ごせんで接種日などをお知らせしていきます。

病気などの状態にあり、通院

# がんドック編

## 体験記

問い合わせ  
市民課保険年金係／市民係  
☎(43)3911  
村松支所 市民係 ☎(58)7181

市では、県内市町村に先駆けて、国民健康保険の加入者を対象に、がんドック受診費用の助成を行っています。

### がんドックとは？

最新のMRIを使用し、首から足の付け根あたりまでの広範囲を検査します。被ばくや薬剤投与、食事制限がなく（コースによっては制限あり）、身体への負担を軽減して受けることができます。また、がん以外の病気が発見されることもあります。

対象医療機関は五泉中央病院です。

35歳から74歳までの国民健康保険の加入者を対象に、受診費用の4分の3（上限25,000円）の助成を行っています。なお、助成を受けるには、事前の申し込みが必要です。申込方法・助成条件などは市民課または支所市民係に問い合わせください。

2人で予約申し込みをすると割り引きを受けることができます。詳しくは、五泉中央病院に問い合わせください。  
○五泉中央病院 ☎(47)8150

### ペア割引

### 市長の感想

わずか1時間程度で血液と首から足の付け根あたりまでがん検診ができるることは大変画期的で、また、まったく苦労することもありませんでした。健康に過ごすために、病気の早期発見・治療が重要です。みなさんも特定健診・がん検診を受診しましょう！

# がんドック受診 マイナンバーカード申請

「病気の早期発見・早期治療のため、がんドックを受診してもらいたい」「さまざまなサービスが拡大しているマイナンバーカードを取得してもらいたい」そんな思いから市長が「がんドック」「カード申請」を紹介します。

## マイナンバーカード編

### カード申請の流れ

#### ① 受付

(持参する書類はありません)  
マイナンバーカードのメリットは？  
マイナポイントのもらい方は？  
何でも聞いてみよう。

#### ② 申請書を記入

記入するのは1枚だけ！

#### ③ 写真撮影（無料）

自分で用意しなくても大丈夫！



5月17日に第四北越銀行五泉支店で出張申請受付を行いました。その様子を参考例に、カードの申請受付を紹介します。



マイナポータル 検索

### がんドックの流れ (スタンダードコース)

#### ① 受付

問診票や現在の自覚症状の確認を行います。

#### ② 採血

がんの種類により特徴的につくられる腫瘍マーカーを血液検査で測定。



#### ③ 着替え

検診着に着替えます。

#### ④ MRI検査（約30分）

最新のMRI機器を使用し、首から足の付け根あたりまで検査します。



#### ⑤ 会計

検査料39,600円(税込)  
※助成・割引を除く

#### ⑥ 結果通知

結果は1ヶ月以内に郵送されます。  
対面で説明を受けることもできます。



市役所に行く時間がない人は、あなたの職場や町内会、自宅などで、マイナンバーカードの申請ができる出張申請受付を行っています。

出張申請を受付中



### 申請受付完了です！

1ヵ月ほどでマイナンバーカード受け取りのお知らせが自宅に届きます。あとは、市役所や支所に取りに行くだけ！

**市長の感想**  
5分程度で簡単にマイナンバーカードの申請が終わりました。気軽にできますので、みなさんも早めに申請しましょう！



こんなときは  
五泉市消費  
生活センターへ  
Vol.97

知らず知らずのうちに  
定期購入？！

ネット広告から特別価格の化粧品を購入した。肌に合わず使用をやめたが商品が再度届き、定期購入だと気付いた。2回目は高価ですぐに解約と返品を申し出たが「発送日の10日前までに申し出ないと対応できない」と言われた。

ネット広告から通常よりも安い価格で購入したら、定期購入契約だったというトラブルが多数寄せられています。商品の効能や低価格が強調される一方、定期購入が条件であることは目立たないように表示されるなど、契約条件は見落としやすくなっています。申し込むときは慎重に確認し、後で広告が変更されても当初の契約内容が確認できるよう、画面の写真を残しておきましょう。

困ったときは、消費生活センターに相談してください。相談は無料で、秘密は守られます。

問い合わせ 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）

### 夢の舞台で力を発揮！

#### 全国大会出場

大会に出場したみなさんを紹介します。

第44回東日本軟式野球大会（1部）  
北海道 5/27～30  
村松パイレーツ

#### ～スポーツ・文化大会の奨励費制度～

全国大会などの出場者に、奨励費を支給しています。

**対象者** 全国大会以上に出場する人（高校生以下はブロック大会以上）

**申請方法** 大会の出場決定後、出場決定報告書に大会要項や予選会の成績、出場の決定が分かる書類を添付して、総合会館へ提出してください。申請用紙は総合会館、さくらアリーナ、市ホームページにあります。

**その他** 全国大会の出場者などは広報ごせんや市ホームページで紹介します。

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

# 民生委員・児童委員

「支え合う 住み良い社会 地域から」

誰もが安心して暮らせる地域社会づくりを目指して活動している民生委員・児童委員  
今日は、みなさんどんな関わりがあるのかを紹介します。



「民生委員・児童委員」って、  
どんな活動をしてるんだろう?  
みんなの暮らしを  
サポート

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱された特別職の地方公務員として、地域住民の立場に立ち、社会福祉の増進に努める福祉ボランティアです。相談事に応じて、専門機関や福祉サービスなどを紹介し、地域住民と行政のパイプ役や調整役を務めます。

担当する地域の人たちの実態を把握し、困ったことがあれば相談に応じて、福祉制度やさまざまな支援、サービスを紹介します。

**児童問題が専門**  
**主任児童委員**

民生委員・児童委員には「主任児童委員」という児童問題を専門にして支援活動を行う委員もいます。主任児童委員は、主に子どもたちが安全安心に生活できるよう、家庭や学校、地域、団体などと連絡連携を取りながら、子どもたちの生活環境など向上に努めています。



児童委員は一定の区域を担当しています。悩みごとや困ったことはある人は、一人で悩まず気軽に相談してください。区域担当の委員が分からない場合は、健康福祉課まで問い合わせください。

みんなからの相談内容や個人情報、プライバシーに関することなどの秘密は法律で固く守られます。



頼れる地域の相談員

## 民生委員・児童委員からの声を紹介します

### 安否確認訪問で防犯意識の高揚

熊谷芳昭さん

(町屋、能代、若宮町、二ツ柳担当)

月1回の「安否確認訪問」で、高齢者の振り込め詐欺などへの防犯意識の高揚や、天気の良い日には散歩で健康維持の働きかけなどの時季にあったチラシを持って訪問し、声掛けをしています。

これが私にとって最大で最高の活動ですが、訪問の際、高齢者から元気に笑顔で迎えていただくことで民生委員としての存在や喜び、満足を感じ、少しは地域の人たちにならっているのかなと思います。

2カ月に1回開催される地区会では、訪問した際の出来事などを話し合って、慰められたり励まされたりして安心を得て、心が休まるものがありました。

また、コロナ禍以前の視察研修では他県や他市町村の施設見学ができて勉強になりました。

### 地域ぐるみで子育て

渡部英子さん（赤海1丁目【1、2、11～16番】担当）

学校と協力して、学区の交通安全や危険箇所の確認・改善をします。子どもが安全に幸せに成長するまちづくりは、地域の大人的責任であると思います。また、そうすることが社会の基礎と考えています。



◆学校との連携の一環で五泉東小学校  
コミュニティスクール説明会に参加

### 寄り添いながら笑顔で

曾我芳子さん（桐林1・2、源太小路、六軒丁、秋葉町担当）

「こんにちはお変わりありませんか？」と月に一回ひとり暮らしの高齢者のお宅を訪問しています。回数を重ねることで日常会話を通じて、健康状態などを伺い知ることができます。これからも信頼関係を保ち、寄り添いながら笑顔で訪問していきたいです。

### こんなときは民生委員・児童委員へ

心配ごとは一人で悩まず、気軽に相談ください  
心配ごとが少しでも解消できるよう、お手伝いします

親の介護  
に疲れた…

福祉サービス  
教えてほしい…

子育て  
で心配ごとが…

一人暮らし  
が心細い…

健康・医療  
のことが心配…

生活費  
どうしよう…



### 民生委員・児童委員の活動

社会調査

相談

情報提供

連絡通報

調整

生活支援

意見具申

民生委員・児童委員の活動には上のようないくつかの働きがあり、具体的には以下のようないくつかの活動をしています。

- ・一人暮らし高齢者などの見守り活動
- ・登下校の児童見守り活動
- ・お茶の間サロンでの地域福祉活動

委員である立場を政治的に利用したり、お金の貸し借りや保証人になること、病院への送迎などはできません。



あなたも委員になりませんか

市内には100人の民生委員・児童委員と8人の主任児童委員が活動しています。民生委員・児童委員や関係機関との連絡調整を行います。

近年、担い手不足が課題になっている民生委員・児童委員。今年は、委員の一斉改選が行われます。地域の一員として活動し、住民のみなさんの笑顔に出会えるやりがいのある仕事です。地域のために一緒に活動しませんか。

あなたも委員になりませんか

連携

情報提供

児童委員  
児童委員

相談

行政機関

役割のイメージ

市民

## 7 食の選択

健全な食生活を実践するために、食に関する知識やバランスの良い食を選択できる力を身に付けましょう。

■食品を購入する際、栄養成分の表示を参考にしている

対象	現状値	目標値
成人	41%	46%

## 10 正しい食事のマナー

正しい食事マナーは、習慣づけて身につきます。大人も子どもも、日頃から食べる姿勢や箸の持ち方に注意しましょう。

■箸を正しく持って使うことができる

対象	現状値	目標値
年長児	42%	47%

計画の詳しい内容はこちら！

### 第4次五泉市食育推進計画 本編・概要版

学校教育課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

五泉市食育推進計画 [検索](#)



市ホームページ  
<https://www.city.gosen.lg.jp/organization/20/6/1/1165.html>

## 13 食の備え

災害時でも食べ慣れたもので安心できるよう、日頃から準備しておきましょう。

■災害時などに備えて非常用の食料を用意している

対象	現状値	目標値
成人	25%	30%

## スポ推が教える！みんなの運動

「健康に気をつけたい」「痩せたい」など、これから運動を始めたいと思っている人には、ウォーキングがおすすめ！ 健康の維持増進のためのウォーキングは、日常の歩く動作とは区別され、「エクササイズ・ウォーク」ともいわれます。

### ウォーキングのポイント

#### 1. ウォーキングを行う前に

準備運動、ストレッチをしましょう。

#### 2. ウォーキングフォーム

- ①目線はまっすぐ前に、背筋を伸ばす
- ②腕は前後によく振る
- ③歩幅はいつもより半歩から1歩広めに
- ④歩くペースはリズミカルに
- ⑤運動強度は息が弾む程度に、ややきつめ



### ウォーキング編①



たいちゃん  
しちゃん  
五泉市スポーツ推進委員会  
イメージキャラクター

### スポーツ推進委員オススメ コマ図ウォークにチャレンジ！

コマ図が示すルートを正しくたどって「？」の場所を当ててください。答えは次の「みんなの運動」で発表します。  
※コマ図は、総合会館、さくらアリーナ、市ホームページにあります。



第1弾は  
さくらアリーナ  
がスタート！  
消防 119番地  
さくら  
アリーナ  
◀詳しくはこち  
ら  
五泉 すばすい 検索



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

## 8 地場農産物への理解

五泉市には、里芋やれんこん、長ネギ、栗、いちごなどたくさんのが農産物があります。直売所にはどのような農産物があるか見てみましょう。

■五泉の代表的な農産物を知っている

## 9 地産地消

新鮮な状態で手に入り、環境負荷も軽減できる地産地消に、積極的に取り組みましょう。

■買い物をするときに積極的に地場農産物を選んでいる

対象	現状値	目標値
小学6年生	90%	95%

## 10 正しい食事のマナー

正しい食事マナーは、習慣づけて身につきます。大人も子どもも、日頃から食べる姿勢や箸の持ち方に注意しましょう。

■箸を正しく持って使うことができる

対象	現状値	目標値
年長児	42%	47%



# 食育のまち 五泉

～新鮮な五泉の食材を食べて、ずっと元気なまちへ～

問い合わせ 学校教育課学校給食係 ☎(43)3911



五泉市食育推進キャラクター  
くりっち いもっち

食育とは？

食に関する知識と、バランスのよい食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

## 第4次五泉市食育推進計画を策定

### ＼五泉の食育 3つの重点目標／

- ① 健康につながる食生活を理解し、実践する
- ② 新鮮で安全な地場農産物を使った料理を食べる
- ③ 食に関するマナーおよび日本型食生活の理解と継承

課題解決への扉を開く「13の鍵」。市民のみなさん一人ひとりの扉が開くように、食育活動に取り組んでいきます。

※指標の現状値は令和3年度、目標値は令和8年度の数値です。

### 五泉の食育 13の鍵（テーマ）

#### 1 朝ごはんの摂取

朝ごはんはエネルギーと栄養素の補給に欠かせません。体温を上げ、仕事や勉強に集中するために、毎日朝ごはんを食べましょう。

■朝ごはんを毎日食べている

対象	現状値	目標値
小学6年生	80%	100%

#### 2 主食・主菜・副菜をそろえた食事

主食だけなど、栄養が偏らないよう、プラス1皿でバランスのよい食事を心掛けましょう。

■1日2回以上、主食・主菜・副菜がそろった食事をしている

対象	現状値	目標値
中学3年生	66%	70%

#### 3 適正体重の維持

五泉市は県平均と比較すると、肥満傾向の市民の割合が高くなっています。自分の適正体重を知り、ちょうどよい食事量を意識しましょう。

■肥満傾向にある市民の割合

対象	現状値	目標値
成人	27.5%	22%

#### 4 整った生活リズム

体内時計を正常に働かせるために朝日を浴びること、1日3食とすること、日中外で活動することなどが大切です。

■毎日夜9時半までに布団に入る

対象	現状値	目標値
年長児	48%	53%

#### 5 適塩生活

塩分は調味料や加工食品、菓子など多くのものに含まれます。塩分は高血圧など生活習慣病の原因になります。とり過ぎには注意しましょう。

■普段から減塩に気をつけている

対象	現状値	目標値
成人	72%	75%

#### 6 よくかんで食べる

よくかむことで消化吸収がされやすくなるほか、虫歯や食べすぎを予防することができます。急がず、よくかんで食べましょう。

■よくかんで食事をしている

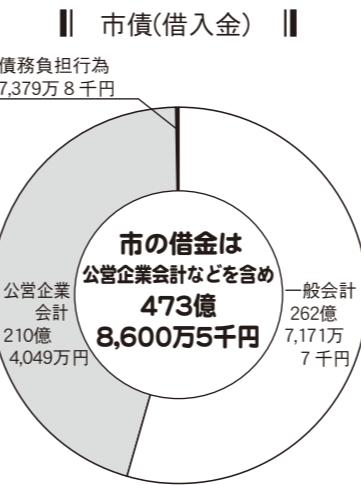
対象	現状値	目標値
年長児	78%	83%

# 市の財政状況

問い合わせ 財政課財務係

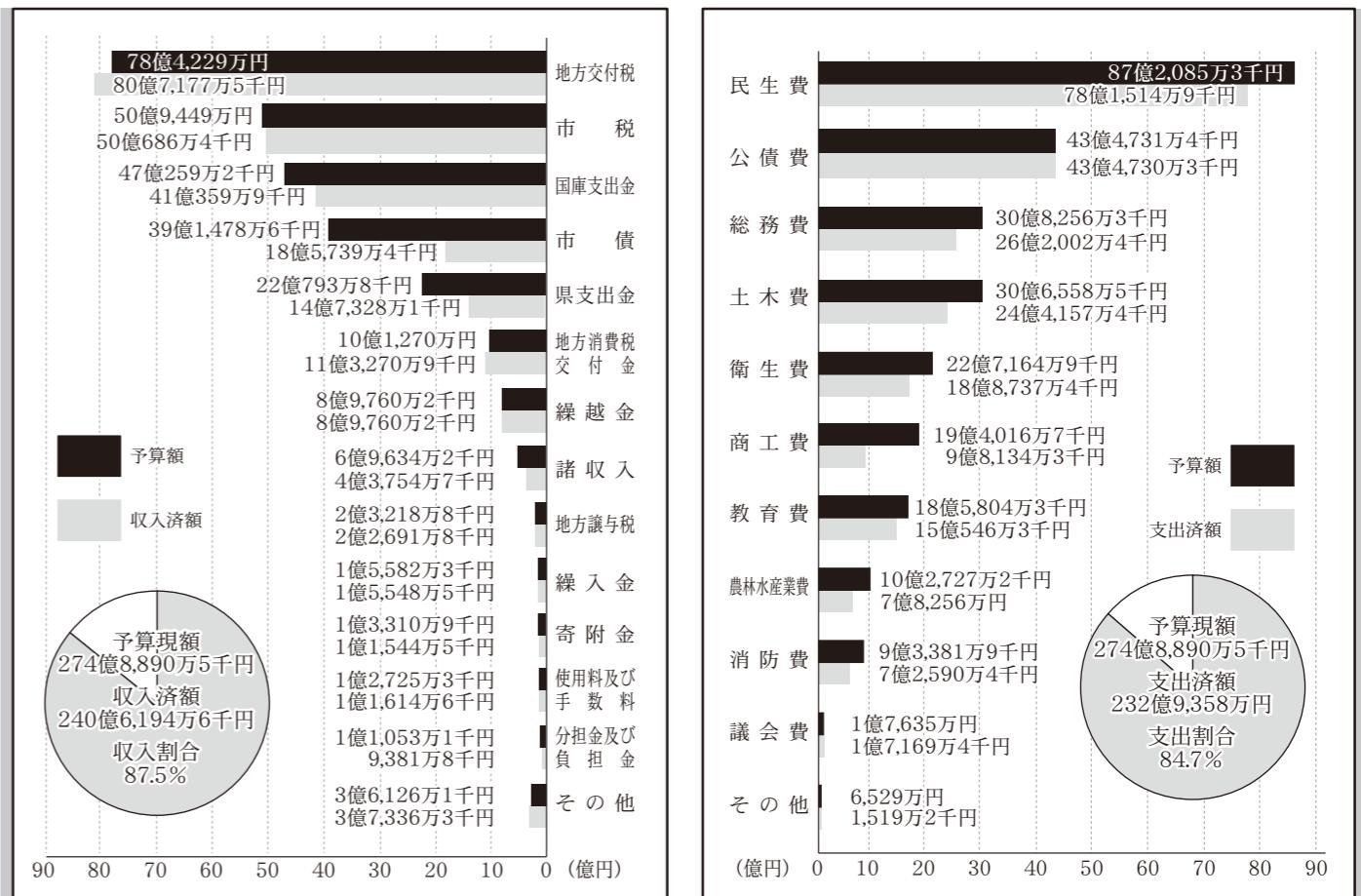
☎(43)3911

み なさんの納めた税金などがどの  
ように使われ、どのように財政  
運営されているのかを知つてもらえる  
よう、毎年6月と12月に財政状況を公  
表しています。今回は、令和3年度予  
算の執行状況（令和4年3月31日現在）  
をお知らせします。なお、令和3年度  
の決算は12月にお知らせします。



令 和3年度の一般会計は、231  
億円でスタートしました。その  
後、21回の予算補正で37億8、741  
万2千円を増額し、令和2年度からの  
繰越予算6億149万3千円を含む予  
算現額は、274億8、890万5千  
円となりました。3月31日現在の執行  
率は、歳入で87・5%、歳出で84・7  
%となっています。

## 歳入 一般会計 歳出



## 基金(積立金)

基金とは、特定の目的のために積み立てる貯金です。

基 金 名	R3年3月末 積立額	R4年3月末 積立額
財政調整基金	30億348万1千円	37億6,786万8千円
減債基金	4億4,060万5千円	4億4,061万4千円
地域福祉基金	1億588万8千円	1億589万円
職員退職手当基金	42万3千円	42万3千円
教育施設整備基金	1億3,147万4千円	1億3,147万7千円
社会福祉基金	2,247万1千円	2,247万1千円
スポーツ振興基金	821万8千円	821万8千円
交通安全対策基金	7,405万5千円	7,405万5千円
地域振興基金	5億9,022万5千円	4億6,047万6千円
土地開発基金(現金)・その他	9億9,958万7千円	15億1,007万5千円
合 計	53億7,642万7千円	65億2,156万7千円

## 特別会計・公営企業会計

一般会計のほかに6つの会計を設け、特定の目的の事業経理を行っています。

会計別	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	54億644万8千円	47億4,420万9千円	48億7,931万7千円
介護保険	64億2,135万2千円	62億8,129万1千円	58億978万3千円
川東財産区	369万3千円	369万1千円	4万8千円
後期高齢者医療	5億8,219万8千円	5億6,559万2千円	5億7,383万6千円
水道事業会計	収益的収支	10億7,978万9千円	10億6,189万7千円
公営企業会計	資本的収支	5億348万3千円	9億3,997万7千円
下水道事業会計	収益的収支	13億3,222万6千円	13億5,300万1千円
	資本的収支	10億7,983万7千円	17億2,682万3千円

# 介護予防ガイド

Vol.3

問い合わせ 高齢福祉課いきいき福祉係 ☎(43)3911  
五泉地域包括支援センター ☎(41)1710

高齢者が笑顔で安心して暮らせるよう、介護予防などの情報を  
シリーズで紹介しています。

## ふらっとカフェ

ふらっとカフェは、認知症を予防する場、そして認知症になっても集える場です。参加者は、懐かしい話題で盛り上がりったり、脳トレや体操などをして楽しんでいます。

地域包括支援センターの職員が健康相談や介護相談、日常の暮らしの相談なども受け付けています。相談は無料で、秘密は守られます。

■対象 認知症の予防について関心のある人

■日時 毎週火曜・金曜

午後1時30分～3時30分

■会場 五泉地域包括支援センター

■持ち物 参加費200円、飲み物、筆記用具

※申し込みは不要です。直接会場に来てください。



▲みんなで脳トレを楽しむ

### 参加者の声

みんなでたくさん笑い、おしゃべりしています。脳トレや体操などもあり、楽しいです。



脳トレやおしゃべり、時にはみんなで踊って楽しんでいます！

- ①食べ残し：料理の作り過ぎが原因。
- ②期限切れ食品：賞味期限や消費期限を過ぎ、捨てられる食品のこと。買いつ過ぎなどが原因。
- ③過剰除去：不可食部分（野菜の皮や芯、へたなど）を切り落とすとき、厚くむいたり、多めに切つたりした可食部分のこと。調理を工夫することで削減できます。



## 家庭での食品ロス

大きく3つに分類されます。

- ①食べ残し：料理の作り過ぎが原因。
- ②期限切れ食品：賞味期限や消費期限を過ぎ、捨てられる食品のこと。買いつ過ぎなどが原因。
- ③過剰除去：不可食部分（野菜の皮や芯、へたなど）を切り落とすとき、厚くむいたり、多めに切つたりした可食部分のこと。調理を工夫することで削減できます。

問い合わせ 環境保全課衛生係

☎(43)3911

## 食品ロスが大量発生

### 減らそう！ Vol.14

自然豊かで住みよい五泉市を守り、未来へ引き継ぐため、ごみ問題は避け通れません。一人ひとりのごみ減量に向け、ごみの分別・減量の方法などをシリーズで紹介しています。

自宅では食べきれる量の料理を作りましょう。飲食店では食べきれる量を注文し、残したときは持ち帰れるかを店に確認しましょう。

### 買い物のとき

冷蔵庫の中の在庫を確認してから買おうことで、買い過ぎを防止。すぐに食べる食品は賞味期限の近いものを買うことで、事業者が廃棄する食品ロスを減らすことがあります。

### 食事のとき

や芯なども食材として使えるものもあります。皮の表面の汚れを落として他の食材と一緒にミニキサーへ入れ「スムージー」にするなど、工夫次第でおいしく食べることができます。

会場	水慣れ、水に浮く、バタ足、
内容	水泳を楽しむ教室です。
日時	7月23日㈯・8月6日㈯
対象・定員	小学生・20人（定員を超えた場合は抽選で決定）
回（予備日）	8月7日㈰
午前9時45分～11時	全5日

※雇用形態や応募要件などは、市	活動開始日	8月1日㈪（相談に応じます）	応募締切	6月30日㈫（必着）	地域おこし協力隊の募集
					企画政策課企画政策係

【利用料金】		
区分	大人料金 (高校生以上)	こども料金 (中学生以下)
市内	普通券（1回）	200円
	回数券（11回）	2,000円
	シーズン券	4,800円
市外	普通券（1回）	400円
	回数券（11回）	4,000円

※シーザン券は市民のみ購入できます。運転免許証などを持参し、総合会館で購入してください。  
※村松プールは、7月24日㈰に才一OPENします。



## 老後の安心！ 国民年金 年金額のお知らせ

問い合わせ 市民課保険年金係／村松支所 市民係

令和4年度老齢基礎年金の年金額 満額777,800円

年金額改定通知書は日本年金機構より受給者に郵送されます

老齢基礎年金の受給には、保険料の納付期間や免除・猶予期間などを合算し、10年以上の資格期間が必要です。

年金額は保険料を納めた月数で計算され、全額免除・一部免除の承認を受けた期間は、免除区分などに応じて減額されます。また、学生納付特例や納付猶予の期間は年金額に反映されないため、注意が必要です。

年金額を満額に近づけるためには、免除・猶予などの期間の保険料を10年以内に追納する、または60歳から65歳になるまでの間に任意加入する方法があります。

【国民年金に関する相談・問い合わせ】  
新潟東年金事務所 ☎025(283)1013

# くらしの情報

2022.6.10号

お知らせ
募集
相談
イベント

掲載した内容は、新型コロナウイルス感染症の影響で変更となる場合があります。

申込締切	6月27日㈪	指導員	市スポーツ推進委員ほか
抽選結果	結果は、はがきで7月7日㈭までお知らせします。	持ち物	水着、ゴーグル、タオル、飲み物、サンダルなど
申込方法	申込用紙および泳力確認票を、総合会館またはさくらアリーナに提出してください。	参加費	全5回分 3,000円
認票を、総合会館またはさくらアリーナ、市ホームページにあります。		申込料	申込用紙および泳力確認票を、総合会館またはさくらアリーナに提出してください。
申込用紙は総合会館、さくらアリーナ、市ホームページにあります。		申込期間	※7月16日㈯～8月31日㈬は、午前10時～午後9時

## 全身の健康は 口の健康から

口や歯の状態は、全身の健康にも影響します。歯周病は自覚症状がなく進行し、動脈硬化や糖尿病、肺炎の発症や悪化の要因になります。また、動脈硬化が進行することで、脳卒中や心臓病を引き起こす危険性もあります。

歯周病は早期発見で治すことができます。口の健康に关心を持ち、いつまでも良い歯でおいしく楽しく食べられる健口習慣を身に付けましょう。

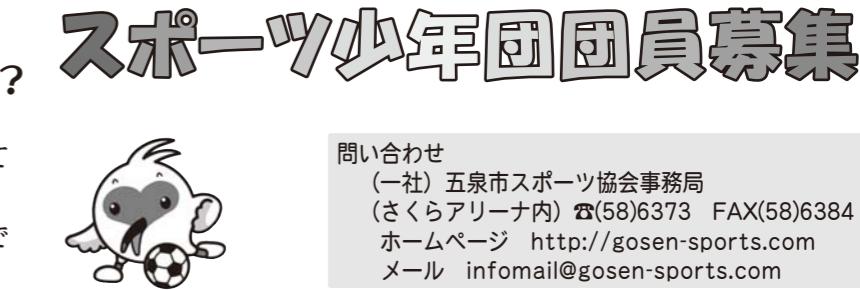
**■清掃補助用具を使おう！**  
歯ブラシのほか、歯間ブラシやデンタルフロスなどで口の中をきれいに。

**■定期的に歯医者へ行こう！**  
半年に1度の受診で予防を心掛けましょう。

**■禁煙しよう！**  
喫煙は歯周病が重症化しやすくなります。

問い合わせ 健康福祉課健康づくり係

## 僕らの仲間になって一緒に練習しませんか？



「スポーツを通じ、青少年の体と心を育てる組織を地域社会に！」と願いつくられた、スポーツ少年団。各団体では団員を募集中です。対象は小学生以上です。

団体名	活動場所・日程
五泉空手道スポーツ少年団	総合会館各技場 月・水・金／午後7時～9時
五泉市剣道連盟スポーツ少年団	総合会館各技場 火・木／午後7時～8時
橋田エンジェルズスポーツ少年団 (軟式野球)	橋田小学校体育館・グラウンド 平日／午後3時30分～6時（4月～10月） 土／午前9時～午後4時 日・祝／午前9時～午後4時（冬期～正午）
五泉ドラゴンタイガース スポーツ少年団 (軟式野球)	五泉小学校 (夏期) 水／放課後～午後6時 土・日・祝／午前9時～午後5時 (冬期) 土・日・祝／午前9時～正午
菅名岳 スポーツ少年団 (軟式野球)	川東小学校グラウンド 木／午後4時～6時 土・日・祝／午前9時～
さくらベース ボルククラブ スポーツ少年団 (軟式野球)	愛宕小学校グラウンド 火・木／午後5時～7時 土・日・祝／午前9時～正午

## 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

育児相談会で、手慣れた感じでお互い交換をしている父親に出会いました。最近では、父親が乳幼児健診に子どもを連れてくる光景が増え、育児休暇取得率も徐々に上がっているように感じます。

子育て本のベストセラーになつた、明橋大二著『子育てハッピーアドバイス』（一千万年出版、平成17年12月1日）に「父親にとって子育ては、『手伝つたり』『参加したり』するものではなくて父親になった時から、母親と同じよう、日々の生活に当然ついて回るものです」とあります。子育てが母親の孤独な子育てにならないように、子どもとの時間を大切に父親を楽しみましょう。

## 父親を楽しんじゃおう！

市では、今年度から「産婦新生児訪問」に父親を加え、「新生児パパ訪問」を始めました。また、「ウェルカムベビーレッスン」を夜間に開催し、妊娠中から父親の子育てを応援します。

「悩み」が「ほほ笑み」に変われる場所。子育てに悩んだら、五泉市子育て世代包括支援センター「にこにこスクエア」に相談してください！

○ママに感謝！  
1日中子育てをしているママに「ありがとうございます」「大変だったね」「お疲れさま」と感謝の気持ちを言葉で伝えましょう。  
《父子の時間を大切に！》  
だっこにおんぶ、おむつ替えやお風呂入れ、外遊びなど子どもとの時間を大切にしましょう。  
《家事に挑戦！》  
誰にでも得意・不得意はあります。できることから、チャレンジしてみましょう。  
《ママに感謝！》  
だっこにおんぶ、おむつ替えやお風呂入れ、外遊びなど子どもとの時間を大切にしましょう。  
《父子の時間を大切に！》  
「ありがとう」「大変だったね」「お疲れさま」と感謝の気持ちを言葉で伝えましょう。

○今からでも遅くない！  
子育てを楽しむ3つのポイント





スマホで広報紙  
「マチイロ」配信中!

App Store  
からダウンロード

Google Play  
で手に入れよう



### お誕生

赤ちゃん	保護者	住所
蓮 (れん)	松田 竜矢	仲丁1
大河 (たいが)	坂詰 良和	三本木2
咲心 (しうご)	川畑 淳	番坂
絃葉 (いとは)	小原 征也	上木越
叶笑 (かえ)	伊藤 龍紀	南本町3
好 (こ)	五十嵐 由次	新町6
詩 (うた)	渡邊 隆弘	荻曾根



### おくやみ

氏名	年齢	住所
池田 翼	90	仲丁4
佐藤 ミヨシ	97	木越
加藤 米八	99	南本町3
星 サキ	76	丸田
木村 幸三	91	尾白
馬場 トイ	89	橋田
五十嵐 貞夫	87	赤羽
今井 ハツイ	94	中名沢
渡邊 ヨリ	79	論瀬
松澤 フミ	100	南田中
戸井田 康彦	64	本田屋2
入倉 美千代	74	橋田
渡邊 知子	91	錦町
浅利 美枝	94	本村4
鈴木 セキ	92	蛭野
伊藤 美智子	83	寺町1
松尾 糸	92	下町1
石井 茂夫	78	太田1
佐々木 忠藏	77	中名沢
松井 和子	77	寺沢4
山本 アサイ	96	下町2
斎藤 京	86	泉町1
廣瀬 ミノル	86	丸田
相田 幸三	88	二ツ柳
渡邊 正三郎	96	仲丁5
高野 博	88	下条
佐藤 ユリ	91	本町1
松田 喜一郎	87	五十嵐新田
酒井 弘子	85	郷屋川1
羽下 真美	43	村松曙町
渡邊 文雄	95	日の出町3
千秋 久男	79	郷屋川1



5月  
25日  
40品種2,000株が鮮やかに  
～花木まつり 東公園～



ぼたんに続き、見頃を迎えたしゃくやく。赤や白、黄色、ピンクなど、色鮮やかに大輪の花を咲かせました。多くの来園者が訪れ、近くでじっくりと花を観賞したり、高台から鮮やかに彩られた園内を眺めたりしながら、初夏のひとときを楽しんでいました。

6月  
2日  
赤ちゃんにも食の楽しさを  
～離乳食講習会 五泉市保健センター～



初めて離乳食を迎える赤ちゃんための講習会が開催されました。用意された離乳食に思わず「いい匂い！」との声。栄養士は「旬の食材と一緒に味わって」と話し、参加者は写真を撮ったり手に取って柔らかさを確かめたりと、熱心に受講していました。

▶ 写真はさくらんど会館



5月  
18・19日  
わがまちのため尽力  
～令和4年度町内会長会議～

町内会長会議が3年ぶりに五泉と村松の両地区で開催され、地域の安全・安心やさまざまな問題に尽力いただいている町内会長約250人の参加がありました。

会議では田邊市長から予算や重点施策、新規事業の説明がありました。また町内会長から「健康維持のウォーキングで利用するトイレの増設」「市の財政状況と再建」「ふれあいバス路線の拡充」の要望や質問があり、基本政策や財政指標に基づく説明がされ、課題の共有を行いました。

5月  
22日  
備え 整え 心構え  
～第7回分水講演会 福祉会館～



気象予報士の井田寛子氏を講師に迎え、大河津分水100周年・関屋分水50周年記念講演会が開催されました。井田氏は、近年の気候変動で災害が多発していることから「梅雨の季節に向けて、まず行動に移すことが大切」と、備えの重要性を発信しました。

5月  
14日  
歴史の深みを体感  
～バスで行く文化財巡り～



市内の文化財などを巡るツアーが開催され、29人が参加しました。県指定天然記念物「上郷屋のオハツキイチョウ」では、天高くそびえる大きい樹木に圧倒された様子の参加者。葉を観察したり幹回りを歩いたりと、歴史の深さを身近に体感していました。

。。。。。。。。。。。。

本年度のお盆のご予約承ります

お座敷・料理折・和弁当

お刺身・釜飯・その他

\*お気軽にご相談下さい！

大好評！釜飯配達  
年中営業しております

割烹・仕出し・釜飯  
**割烹 松の家** お電話はコチラから  
TEL 0250-58-7151

**金津屋** 繩戸張り替え取り付け  
おまかせください！

ホームページ QRコード

価格表  
はこちらから

**リフォームSHOP金津屋**  
電話 0250-42-4800  
店舗：五泉市太田1-12-65 営業時間 9:00~17:00

**SUZUKI**  
ボディコーティング **40%OFF** キャンペーン  
\*\*\*9月末まで\*\*\*  
通常16,500円(税)  
→ 9,900円(税)  
\*車種によって金額が異なります\*  
①汚れが付いてる  
②水洗いのみでも光沢持続  
③水垢・鉄粉除去込み  
愛車無料点検は当店で

0250-43-0500 五泉市二ツ柳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 TEL 0250-42-1155

**シロアリ**  
※ハクビシンと  
ネズミも  
やっています

害虫、害獣駆除なら  
**KOSHO** 株式会社  
0120-77-6471  
五泉市本町2-1-9 幸商ビル3F

REAL PARTNER ムシナシ  
KOSHO ホームページ リンク集

**新津五泉不動産業協会**  
不動産検索サイト好評公開中!!

秋葉区・五泉市・阿賀町の土地・建物・売買・アパートのことならお任せください。  
新津五泉不動産業協会 検索  
アドレスはこちら▶http://niitsugosenfudosan.com/

新津五泉不動産業協会  
(公社)新潟県宅地建物取引業協会新津支部  
新潟市秋葉区新津本町4丁目15-15  
TEL 0250-24-6002

～随時、見学受付～  
最寄の際はお立ち寄り下さい

**JA葬祭**  
**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  
TEL 41-1194 別館「水蓮」  
〒959-1834 五泉市木越148  
TEL 0120-580-980 FAX 41-1195



◆睡眠不足になると…  
頭がぼーっとして集中力が低下する、すぐに疲れてしまう、元気が出ない、免疫力が低下して風邪をひきやすくなる、イライラやすぐなるなど、さまざまな影響を及ぼします。

①記憶の整理…新しく覚えたことや経験したことを睡眠中に脳で整理します。

②脳や心身の発達…眠ることで、成長ホルモンが分泌されます。

③脳や心身の休息…心と体を休ませて、疲れを回復します。

良い睡眠は、子どもの脳や心身の発達に欠かせない大切なものです。この機会に、各家庭で子どもの睡眠について考えてみませんか。

### ◆睡眠の役割

あなたの子どもは、毎日ぐっすりと眠っていますか？



## 子どもの 睡眠

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

◆よりよい睡眠のために  
睡眠には、メラトニンという体内時計を調節するホルモンが関係しています。メラトニンは明るいところでは分泌が抑えられ、暗いところで多く分泌されます。眠るときは部屋を暗くし、眠りやすい環境を作りましょう。

パソコンやスマートフォンなどのメディア機器を就寝前まで使用していると、ブルーライトの影響で眠りが浅くなり、すつきりと目覚めることが難しくなります。寝る1時間前にはメディアから離れるなど、家庭内でルールを決めておきましょう。

また、体温が下がるときに入眠しやすくなるため、シャワーだけではなく、湯船につかって体を温めることもおすすめです。



河川の増水により市内で災害が発生した想定のもと、消防団が6つの中隊に分かれ「月の輪工法」「シート張り工法」など5種類の水防工法を緊張感の中で演習。訓練後に「災害時は、夜間や悪天候での作業が想定される。日ごろから道具の扱い方や、意思の疎通など準備することが大事」と総評を受けた消防団員たちは、さらに引き締まった表情を見せていました。



勇者集いし早出川

～表紙の話～

問い合わせ こども課子育て支援係  
(43)3911

5月 22日、早出川左岸堤外地を会場に水防訓練が実施されました。朝から小雨が降る天候でしたが、市内全域から約200人の消防団員が集結。すると雨も上がり、大原団長の総指揮で訓練は開始となりました。

## 広報 ごせん

発行／五泉市  
編集／総務課広報広聴係

〒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

令和4年  
6月  
10日号  
No.395



まもなく夏本番！  
効きが悪い…  
使い始めがカビ臭い…

エアコンの  
点検とクリーニングで  
快適な夏を過ごしましょう！

冷媒ガス点検 フィルター清掃 クリーニング

エアコンに関するお問い合わせは  
0120-43-4177 (メンテナンス課)まで

株式会社 越配 〒959-1863 五泉市東本町2丁目1番10号 TEL. 0250-43-4172 FAX. 0250-43-4178

## 無料相談会のお知らせ！

保険加入・見直し相談  
6/11(土)、6/25(土)

交通事故相談  
6/18(土)、7/2(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

0250-43-1791

お電話受付時間／9：00～18：00 (平日)

あしなが保険

検索

あしなが保険株式会社

五泉市東本町2-6-1

【後援】BSN 新潟放送・FM 新潟