



Contents

- 大雨に備えて、地域防災訓練に800人 2・3P
- 春の叙勲、市議会臨時会、世界初の桜アロマ 4・5P
- 財政状況、民生委員・児童委員 6~9P
- まちなかライブ、子育て応援事業協賛店を募集 10~13P
- くらしの情報、まちの話題、まなびのトビラ 14~20P

(交通安全街頭指導)
～表紙の話は20ページ～

ぼくたちからも
お願い“安全運転”



10月1日、国勢調査が実施されます。調査にご協力を。

国勢調査2015キャンペーンサイト <http://kokusei2015.stat.go.jp/>



大雨に備え防災チャレンジ



河川の氾濫で崩落した道路（下杉川の春水橋・平成23年7月）

梅雨に入るこの季節は、豪雨や長雨による浸水や河川の氾濫、山沿いでの崖崩れが発生しやすくなります。また、近年では季節に関係なく、ゲリラ豪雨と呼ばれる異常気象による自然災害も多発しています。

6月7日には、栗島公園グラウンドと総合会館周辺を会場に市の地域防災訓練が行われ、水害を想定した本番さながらの訓練を行いました。家庭でも気象情報に注意し、河川の急な増水や雨水で地盤がゆるんで起くる土砂災害などに十分気をつけましょう。

いざという時に慌てないためにも、事前に家族や近所で避難場所を確認し、市が避難を呼び掛けた時は、隣近所に声を掛け合って避難しましょう。水害の時などは、足元が見えずに入り込んだマンホールや側溝に転落するなどの思わぬ危険があります。自宅から避難場所までの経路も実際に歩いてみるなどして確認することも大切です。

また、住んでいる場所に関係なく、どここの避難場所でも避難することができますので、被害状況に応じて安全な避難場所へ避難するようにしましょう。

いざという時に避難場所となる学校などの施設に看板が設置されています。避難場所は「五泉市防災マップ」や、市ホームページにも掲載しています。

大蒲原地区（3カ所）

大蒲原小学校
大蒲原保育園
五箇スポーツ会館

十全地区（2カ所）

十全体育館
戸倉コミュニティ会館

川内地区（2カ所）

川内体育館
川内保育園

菅名地区（4カ所）

愛宕小学校
村松第1保育園
村松体育館
村松さくらんどう温泉

問い合わせ
総務課防災係
消防本部
村松分署

(58)(42)(43)
6 0 3
0 1 9
0 1 1
1 9 1

火災や災害などの緊急情報や防災情報を
五泉あんしんメールでお知らせ！



専用ページにアクセスするか、バー
コードリーダー機能付き
の携帯電話で右の二次元
(QR) コードを読み取
って、登録ください。



- 携帯電話から
<https://service.sugumail.com/gosen/>
- パソコンから
<https://service.sugumail.com/gosen/member/>



備
えていますか？
もしものために防災用品

自然災害から身を守るために、災害時の携行品（非常食、ラジオ、懐中電灯など）の準備や確認を行いましょう。また、テレビやラジオ、新聞、インターネットなどで気象情報や報を確認し、注意してください。



家族で確認していますか？
避難場所と避難経路

地域防災訓練を実施

栗島公園グラウンド、
総合会館周辺を会場に

要援護者の安否確認なども

6月7日、市の地域防災訓練が栗島公園グラウンドと総合会館周辺で行われました。水害を想定した今年の訓練には、地域住民のみなさんや防災関係者など約800人が参加。高齢者や障がい者など自力での避難が困難な人たちの安否確認や被災者の救助訓練を中心に、市民参加型の訓練を行いました。ヘリコプターによる救出訓練や土砂埋没車両救出訓練など、迫力ある訓練も実施。多くの市民が見学に訪れました。当日の様子を写真で紹介します。



土砂埋没車両の救出訓練

地域住民のみなさんが見守る中、土砂災害によって土砂の下敷きとなつた車両から負傷者を救出する訓練を実施。救助隊が工作車で駆け付け、被災車両に閉じ込められた人を救出し、負傷者を救急車で病院へ搬送しました。

さらに、被災車両をJAFのレッカー車が撤去する訓練も行いました。

消防団員のみなさんが協力して河川氾濫による土砂災害を防ぐ訓練に参加。土のうを使つて、積み土のう工法、月の輪工法、釜段工法の3種類の水防工法を実践しました。

団員それぞれが手順を確認しながら、手際良く土のうを運んで積み上げ、しっかりと防壁を完成させました。



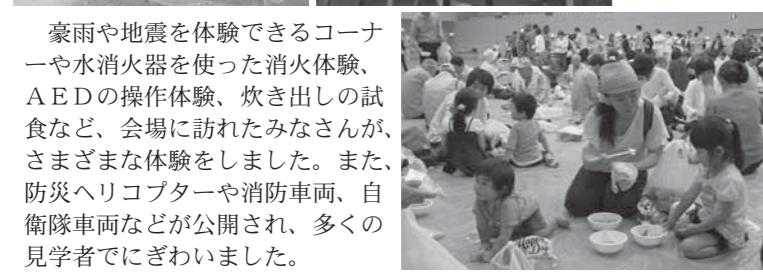
住民参加で本番さながらに



医師会、接骨師会、日赤安全奉仕団のみなさんは、避難所での応急救護を、日赤地域奉仕団、自衛隊のみなさんは、炊き出し訓練を実施しました。



豪雨や地震を体験できるコーナー、水消火器を使った消火体験、AEDの操作体験、炊き出しの試食など、会場に訪れたみなさんが、さまざまな体験をしました。また、防災ヘリコプターや消防車両、自衛隊車両などが公開され、多くの見学者でにぎわいました。



避難場所一覧

五泉地区（16カ所）

五泉中学校

五泉北中学校

五泉小学校

五泉南小学校

五泉東小学校

五泉高等学校

勤労青少年ホーム

五泉図書館

老人福祉センター翠泉園

第一幼稚園

すみれ保育園

つくし保育園

ひまわり保育園

こばと保育園

さくら保育園

総合会館

避難場所

Disaster shelter

この看板は、災害時の避難場所として設置されています。

This place is open for disasters.

ごせん し そうご かいかな

Gosen city Sogo kaikan

(Culture and Sports center)

Tel 42-5194

五泉市

五泉市総合会館

五泉市

このたび、春の叙勲が発表され、元五泉市選舉管理委員長の坂上洋司氏が選舉管理事務功勞で、元十全土地改良区理事長の大橋忠夫氏が土地改良事業功勞で栄譽に輝かされました。晴れの受章おめでとうございます。

坂上洋司氏に旭日双光章



坂上洋司氏
(馬場町1 80歳)

春の叙勲



大橋忠夫氏
(新屋 73歳)

坂上氏は、昭和58年から平成22年までの26年間にわたり、五泉市選舉管理委員会委員および委員長として、円滑な運営に尽力されました。その間、卓越した指導力と的確な判断力を發揮されたとともに、普及啓発活動にも取り組まれ、公正な選舉の執行に多大な貢献をされました。

大橋氏は、昭和55年、十全土地改良区理事に就任し、平成26年に理事長を退任されるまで34年間にわたり、地域の先頭に立って土地改良事業に尽力されました。その間、今後の農業を見据えた事業展開と確固たる信念に基づく指導力により、農業の発展に多大な貢献をされました。

大橋忠夫氏に旭日单光章

市議会

臨時会

5月25日に市議会臨時会が開催され、8議案が承認・可決などされました。

主な内容をお知らせします。

坂上洋司氏に旭日双光章

坂上氏は、昭和58年から平成22年までの26年間にわたり、五泉市選舉管理委員会委員および委員長として、円滑な運営に尽力されました。その間、卓越した指導力と的確な判断力を發揮されたとともに、普及啓発活動にも取り組まれ、公正な選舉の執行に多大な貢献をされました。

○一般会計補正予算（第1号）
五泉小学校大規模改修事業の変更契約締結に伴う費用を計上しました。

・五泉小学校改修事業費充当債 450万円

○五泉市立図書館書庫棟改修工事
・建築本体工事 1億8,338万4千円

○工事請負契約の締結
・五泉小学校改修事業
454万1千円

専決処分の報告

△歳出の主なもの

・五泉小学校改修事業費充当債 450万円

454万1千円

練習の成果を発揮！

全国大会に出場し、優秀な成績をおさめたみなさまを紹介します。

第99回日本陸上競技選手権大会
50km競歩 第8位
(4時間17分54秒)

石川県 4/19

第25回全日本実業団ハンドボール
(ノーギヤ) 選手権大会
マスターIII 74kg級 第1位
(142.5kg)

埼玉県 5/31



黒川 敬史さん
(旭町)
「最低限入賞が目標だったの
でうれしいです」



渡辺 進さん
(三本木1)
「今年も頑張りました。優勝
できてうれしいです」

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

推進委員会を組織

今年度、アロマや農産物加工品の製品化に向けた推進委員会を組織し、具体的な検討を始めました。塩田特任教授をはじめ各分野で活躍する専門家とともに活発に議論しています。



アロマ製品化推進委員会

塩田 清二	星葉科大学先端生命科学研究所特任教授
金谷 年展	東京工業大学リリューション研究機構特任教授
長島 司	高砂香料OB
阿部慎一郎	バイオマス活用アドバイザー
永井 秀之	株式会社エージェンシー取締役会長
分部日出男	株式会社取締役会長
塩田 浩二	SHIODAライフサイエンス研究所株式会社研究員
川人 紫	SHIODAライフサイエンス研究所株式会社取締役副社長
伊藤 勝美	五泉市長

(順不同・敬称略)

桜、ブランドで 五泉を発信

世界で初めて成功した天然の桜の香りの抽出。その舞台となつた五泉市――。

今後は、この無添加で100%天然由来の成分を使用した芳香水やクリーミー

せつけんなどといった機能性商品の開発を進め、新たな五泉ブランド商品として発信していくことを検討しています。

さらに、五泉市が誇るサトイモやレンコン、イチゴなどの農産物。これらも同様に、この技法で精製した粉末などを利

用して、機能性成分をいかした加工品を作ることができます。

教授と共に研究を始めています。

ここでは、形が悪つたり傷が付いた

次代のまちづくりに

これまで愛でるだけだった桜。このたびの研究を発展させ、桜から生まれるアロマ製品、農産物の加工品製造などの産業と雇用、花のまちとして人に優しいヘルスケアをいかした観光とを結び付け、

これからも五泉市がより豊かに発展していくよ

うなまちづくりを進めていきま

世界初！ 五泉発！ 研究を進めています

桜の天然アロマ

古くから日本文化の象徴として親しまれている桜。今や多くの外国人も花見に訪れるほど人気です。こぼれんばかりの満開の桜を、今年も多くのみなさん楽しんだことでしょう。

実は、この桜に意外な効能があることが、研究の結果分かってきました。市では桜の可能性に着目し、活用するための研究を進めています。

近進やリラクゼーション、ストレス解消のための自然療法として「アロマセラピー」が注目されています。原料はラベンダーやレモングラスなどが有名ですが、桜にはどのような効果があるのか、という疑問から研究が始まりました。

桜の成分抽出はとても難しく、これまで成功した事例はありませんでした。しかし、星葉科大学の塩田清二特任教授のグループが開発した「低温真空抽出法」で抽出が可能だということが分かり、研究を依頼しました。その結果、世界で初めてその抽出に成功。新しい発見が生まれたのです。

桜の秘めたるチカラ

桜から抽出された細胞のエキス（細胞水）は、無色透明でほのかに桜餅のような香りがします。この成分分析と臨床試験をしたところ、老化や病気の原因となる活性酸素を消去する高い「抗酸化作用」と、ストレスを軽減する「リラクゼーション作用」があることが判明しました。

つまり、桜アロマの香りや細胞水は、健康や美容に役立つものであるということが初めて分かったのです。

世界で初めて成功した天然の桜の香りの抽出。その舞台となつた五泉市――。

今後は、この無添加で100%天然由

来の成分を使用した芳香水やクリーミー

せつけんなどといった機能性商品の開発を進め、新たな五泉ブランド商品として発信していくことを検討しています。

さらに、五泉市が誇るサトイモやレン

コン、イチゴなどの農産物。これらも同

様に、この技法で精製した粉末などを利

用して、機能性成分をいかした加工品を作

ることができます。

教授と共に研究を始めています。

ここでは、形が悪つたり傷が付いた

次代のまちづくりに

これまで愛でるだけだった桜。このたびの研究を発展させ、桜から生まれるアロマ製品、農産物の加工品製造などの産業と雇用、花のまちとして人に優しいヘルスケアをいかした観光とを結び付け、

これからも五泉市がより豊かに発展していくよ

うなまちづくりを進めていきま

世界初！ 五泉発！ 研究を進めています

桜の天然アロマ

古くから日本文化の象徴として親しまれている桜。今や多くの外国人も花見に訪れるほど人気です。こぼれんばかりの満開の桜を、今年も多くのみなさん楽しんだことでしょう。

実は、この桜に意外な効能があることが、研究の結果分かってきました。市では桜の可能性に着目し、活用するための研究を進めています。

近進やリラクゼーション、ストレス解消のための自然療法として「アロマセラピー」が注目されています。原料はラベンダーやレモングラスなどが有名ですが、桜にはどのような効果があるのか、という疑問から研究が始まりました。

桜の成分抽出はとても難しく、これまで成功した事例はありませんでした。しかし、星葉科大学の塩田清二特任教授のグループが開発した「低温真空抽出法」で抽出が可能だということが分かり、研究を依頼しました。その結果、世界で初めてその抽出に成功。新しい発見が生まれたのです。

桜の秘めたるチカラ

桜から抽出された細胞のエキス（細胞水）は、無色透明でほのかに桜餅のような香りがします。この成分分析と臨床試験をしたところ、老化や病気の原因となる活性酸素を消去する高い「抗酸化作用」と、ストレスを軽減する「リラクゼーション作用」があることが判明しました。

つまり、桜アロマの香りや細胞水は、健康や美容に役立つものであるということが初めて分かったのです。

世界で初めて成功した天然の桜の香りの抽出。その舞台となつた五泉市――。

今後は、この無添加で100%天然由

来の成分を使用した芳香水やクリーミー

せつけんなどといった機能性商品の開発を進め、新たな五泉ブランド商品として発信していくことを検討しています。

さらに、五泉市が誇るサトイモやレン

コン、イチゴなどの農産物。これらも同

様に、この技法で精製した粉末などを利

用して、機能性成分をいかした加工品を作

ることができます。

教授と共に研究を始めています。

ここでは、形が悪つたり傷が付いた

次代のまちづくりに

これまで愛でるだけだった桜。このたびの研究を発展させ、桜から生まれるアロマ製品、農産物の加工品製造などの産業と雇用、花のまちとして人に優しいヘルスケアをいかした観光とを結び付け、

これからも五泉市がより豊かに発展していくよ

うなまちづくりを進めていきま

世界初！ 五泉発！ 研究を進めています

桜の天然アロマ

古くから日本文化の象徴として親しまれている桜。今や多くの外国人も花見に訪れるほど人気です。こぼれんばかりの満開の桜を、今年も多くのみなさん楽しんだことでしょう。

実は、この桜に意外な効能があることが、研究の結果分かってきました。市では桜の可能性に着目し、活用するための研究を進めています。

近進やリラクゼーション、ストレス解消のための自然療法として「アロマセラピー」が注目されています。原料はラベンダーやレモングラスなどが有名ですが、桜にはどのような効果があるのか、という疑問から研究が始まりました。

桜の成分抽出はとても難しく、これまで成功した事例はありませんでした。しかし、星葉科大学の塩田清二特任教授のグループが開発した「低温真空抽出法」で抽出が可能だということが分かり、研究を依頼しました。その結果、世界で初めてその抽出に成功。新しい発見が生まれたのです。

桜の秘めたるチカラ

桜から抽出された細胞のエキス（細胞水）は、無色透明でほのかに桜餅のような香りがします。この成分分析と臨床試験をしたところ、老化や病気の原因となる活性酸素を消去する高い「抗酸化作用」と、ストレスを軽減する「リラクゼーション作用」があることが判明しました。

つまり、桜アロマの香りや細胞水は、健康や美容に役立つものであるということが初めて分かったのです。

世界で初めて成功した天然の桜の香りの抽出。その舞台となつた五泉市――。

今後は、この無添加で100%天然由

来の成分を使用した芳香水やクリーミー

せつけんなどといった機能性商品の開発を進め、新たな五泉ブランド商品として発信していくことを検討しています。

さらに、五泉市が誇るサトイモやレン

コン、イチゴなどの農産物。これらも同

様に、この技法で精製した粉末などを利

用して、機能性成分をいかした加工品を作

ることができます。

教授と共に研究を始めています。

</div

広げよう地域に根ざした思いやり

～市民と市役所をつなぐパイプ役～

みなさん、各地域でボランティアとして活動している、
民生委員・児童委員をご存知ですか？ 困りごとの相談は
もちろん、さまざまな活動をしています。

今回は、民生委員・児童委員の活動やみなさんの関わ
りについて紹介します。

「民生委員」って
聞いたことあるけど、
どんな活動を
してるんだろう？



民生委員・児童委員とは
民生委員・児童委員は法律で定められ、厚生労働大臣から委嘱された無償のボランティアです。地域住民の立場に立ち、みなさんの暮らしを支援することが主な役割です。

すべての「民生委員」は「児童委員」を兼ね、子どもから高齢者までさまざまな人を対象に支援活動を行います。

ほかに「主任児童委員」として、児童問題を専門に支援活動を行う委員もいます。

市内には
108人
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います。民生委員・児童委員には、それぞれの担当地域があります。主任児童委員には担当地域はありません。

あなたの地域を担当する民生委員・児童委員を知りたいときは、事務局へ問い合わせてください。



どんな仕事を
しているの？

民生委員・児童委員

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乗り、福祉の制度やさまざまな支援サービスを紹介します。必要に応じて、市役所や関係機関とのパイプ役となり、みなさんとの連絡・調整を行います。

災害時に避難の手助けが必要な人の事前調査（要援護者登録台帳の作成）と安否確認

お茶の間サロンなどの地域福祉活動（高齢者施設などでボランティア活動など）と安否確認

少子化や核家族化に伴う育児不安や子育ての孤立化など、子どもたちを取り巻く環境は日々変化します。その変化に対応し、児童虐待、非行、いじめ、不登校、引きこもりなどの問題を抱えた家族に対する相談・援助活動や、地域担当民生委員児童委員・関係機関との連絡・調整を行います。児童に関する専門の活動を行うことから「主任児童委員」といいます。

小中学校との懇談会の企画・運営など

**民生委員・児童委員に
できないこと**

民生委員・児童委員には、できないこともあります。例えば、委員である立場を政治的に利用することや、活動の中ににおいてお金の貸し借りや保証人になること、病院などに送迎することなどは、できないことになっています。

**安心して
相談を！**

民生委員・児童委員には、守秘義務（秘密を必ず守らなければならない規則）があるため、みなさんからの相談内容や個人情報、プライバシーに関するなどの秘密は固く守られます。悩みごとや、困ったことなどがあつたら、一人で悩まず気軽に相談してください。



高齢者世帯
訪問活動

高齢者世帯の訪問活動で、会話を弾ませる樋口さん（左）と渡部委員



赤海1丁目担当の民生委員・児童委員 渡部英子さん
「いつの間にか認知症のスタートラインに立っている人もいますが、訪問活動が症状の早期発見につながり、支援のひとつになっていると思います。世間話をする中で、みなさんが元気に過ごしていることが確認でき、いつも安心しています」



民生委員・児童委員
岩澤充夫さん

「お茶の間サロンを立ち上げ、まだ始まったばかりですが、楽しく活動しています。より多くの地域の人が立ち寄れる場所にしていきたいです」



お茶の間
サロン

↓お茶の間サロン参加者の声

「勉強会があるので、お茶の間サロンで多くの知識を得ています」

「隣近所の付き合いが薄くなっているご時世で、近所の輪を広げられるこういう場は大切ですね」

「毎回楽しく過ごしています。お茶を飲みながら話すだけなので、もっと多くの人に参加してほしいです」

小中学校との
懇談会活動

主任児童委員 五十嵐良子さん
「学校懇談会で児童と給食を食べ、楽しい時間を過ごしました。後日、下校パトロールをしていたら、公園にいた子どもたちが『この前学校に来ましたよね！』と声を掛けてくれました。子どもたちと私たち児童委員の絆をつなぐため、今後も学校との交流を続けていきたいです」



地域担当委員などの問い合わせ

民生委員・児童委員協議会事務局
健康福祉課課長係
支所 地域振興課課長係
(43) 3911
7181



五泉市スポーツ少年団

仲間に加わりませんか？



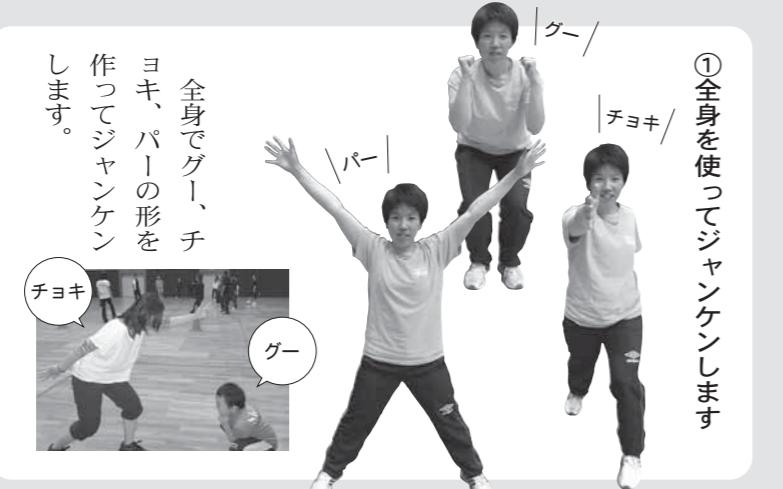
団員
募集！

「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、団員を募集中です。
対象など詳しくは、事務局へ問い合わせください。

問い合わせ
五泉市スポーツ少年団事務局 (さくらアリーナ内)
(58)6373 FAX(58)6384
Eメール gosen-taikyo@ar.wakwak.com

団体名	種目	活動場所・日程
五泉ミニバスケットボール	ミニバスケットボール	五泉東小 火／午後7時～9時 五泉南小 水／午後7時～9時 総合会館 木／午後7時～9時
五泉シティガールズ		五泉小 月・水・金／午後6時30分～9時 第2・4土／午前9時～正午 第3日／午前9時～午後4時
五泉ブレイブス		総合会館 火／午後7時～9時 五泉南小 水／午後7時～9時 五泉東小 木・日／午後7時～9時
五泉空手道		総合会館 月・水・金／午後7時～9時
五泉市剣道連盟		総合会館 火・木／午後7時～8時
橋田エンジェルス		橋田小 平日／午後4時30分～6時30分 土／午前9時～正午 日・祝／午前9時～午後4時
巣本タイガース		巣本小 金／午後7時～9時 土／午前9時～正午または午後1時～5時 日・祝／午前9時～午後4時
五泉スカイホークス		五泉南小 平日／午後4時～6時 土・日／午前8時～午後1時 または午後1時～6時
ドラゴンタイガース		五泉小 (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～午後4時

団体名	種目	活動場所・日程
五泉フェニックス野球	軟式野球	五泉東小 木・金／午後4時30分～6時30分 土・日／午前9時～午後4時
菅名岳	陸上競技	川東小 火～金／午後4時～6時 土・日・祝／午前9時～
五泉少年マラソンクラブ	ソフトテニス	栗島グラウンド・総合会館ほか 平日／午後7時～8時30分 土／午後3時～4時30分
五泉ソフトテニス	バレー	五泉北中 火／午後7時30分～9時 総合会館 金／午後7時～9時 栗島テニスコート 日／午前9時～正午
五泉JVC	ボール	五泉南小 月／午後7時～9時 総合会館 火・木／午後7時～9時
村松剣道連盟	剣道	村松武道館 火・木・土／午後7時～9時30分
村松サッカー	サッカー	五箇スポーツ会館 火／午後7時～9時 陸上競技場 土／午後3時～5時30分
村松少林寺拳法	少林寺拳法	村松武道館 火・木／午後7時～8時30分 (小学生) 午後7時～9時 (中学生)
村松中央野球	軟式野球	村松小 平日／午後4時～7時 土・日／午前
愛宕野球	ボウリング	愛宕小 火～金／午後4時～6時30分 土・日／午前9時～午後5時
五泉ボウリング	ボウリング	五泉ファミリーボウル 木／午後6時30分～8時



①全身を使ってジャンケンします

五泉市スポーツ推進委員が簡単にできる運動を紹介します。

②ジャンケンに負けたら… 負けたときの罰ゲームをいろいろと工夫すると、さらに楽しいよ！

たいちゃん しーちゃん
五泉市スポーツ推進委員のイメージキャラクター

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

※『運動遊び・げんきつづ』では、年中・年長児を対象に、親子で触れ合いながら運動やレクリエーションを行っています。基礎的な運動能力の向上を目指す教室です。みなさんの参加を待っています。



こんなときは
五泉市消費
生活センターへ
Vol.14

困ったとき、不審に思った時は連絡を

△悪質な業者に注意！

県内で悪質な取引とみられる事例がありました。みなさん、気をつけましょう。

販売目的を隠し、健康や食生活に関する講習会を開催しないかと、町内会長に持ち掛ける。講習会後、持ってきた調理器具で実演を行い、調理器具の購入希望者に申し込みさせたにもかかわらず、契約書や領収書などの書類がない（クーリングオフに関する書類がない）。

被害に遭わぬために、講習会の開催を持ち掛けられた場合は、商品などを販売するためのものでないかを確認してください（講習会は複数回行われることもあります）。

販売目的ではないことを確認したにもかかわらず、販売を疑うような行為があった場合は、消費生活センターに連絡してください。

問い合わせ
五泉市消費生活センター (47)4578
(まちの駅「は～とふる五泉館」内)
※相談日時は、月～金曜 午前10時～午後4時
土・日・祝日・年末年始は、お休みします

MACHINAKA
MIGIWA

まちなかにぎわい ライフ

第4弾
箏・尺八

和楽器で奏でる
《新しい風》

薰風之音 くんぶうのおと

会場 7月12日 午後2時
五泉図書館3階 ホール
出演 薫風之音 (箏・藤崎浩子、尺八・鯨岡徹
料金 前売り1,000円、当日1,200円
チケット販売場所 五泉市観光案内所 (駅前1)、
やまちよう (本町3)、五泉商工会議所 (駅前1)、
五泉商工会議所 (本町2)、
チケット販売中

※全席自由席です。チケット購入者には、まちなか事業協力店のお得な特典もあります。

問い合わせ
五泉市観光案内所
(43)(47)
58
53
58
18
定員 200人

健
康
ビ
vol.39

動脈硬化

子どもから高齢者まで、誰もが願う健康。気になり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。

血 管が弱くなることで、脳卒中や心筋梗塞は引き起こされます。血管は年齢に応じて弱くなっていますが、食べ過ぎや運動不足などの悪い生活習慣によって進行する速度が速まります。

動脈硬化予防の秘訣
● 食事を工夫しましょう
よくかんで、早食いや食べ過ぎを防ぎましょう。また、腹食は控えましょう。

八分目を心掛け、夜遅い時間の食事は控えましょう。

食べ過ぎを防ぎましょう。また、腹食は控えましょう。野菜には動脈硬化を防ぐ「抗酸化成分」が含まれています。たっぷり摂取しましょう。塩分は血管の組織を傷つけるので控え目にしましょう。

体を動かしましょう

「まずは1日10分の運動を」

ウォーキングは血流を良くし、血管細胞を活性化させて丈夫な血管になります。

特定健診・健康診査のすすめ
問い合わせ
健康福祉課健康づくり係
支所 地域振興課健康づくり係
(58)(43)
71
81

市の健診が始まりました。指定医療機関で受けることもできます。

血圧測定や血液検査、体重測定などで血管の健康状態を確認し、適切な生活習慣を送ることで、動脈硬化の予防につなげましょう。



2015 6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

五泉市役所

☎ (43) 3 9 1 1
FAX (42) 5 1 5 1

村松支所

☎ (58) 7 1 8 1
FAX (58) 8 5 5 4

テレホンサービス

☎ (43) 4 5 6 7

ホームページ

www.city.gosen.lg.jp

防災行政無線

自動音声サービス

(43) 5 7 4 5

知っていますか？ 森林の手続き

森林は、水道水や農業用水の水源であり、豊かな暮らしを支えています。森林を保全し、豊富な水資源を将来にわたって利用するため、森林の土地取引や伐採をする場合は届け出が必要です。

森林を取引する前の届け出

森林の売買や贈与などを行う場合は、売り主は「新潟県水源地域の保全に関する条例」に基づき、契約予定日の30日前までに土地の利用目的などを届け出してください。

届出・問い合わせ
新潟地域振興局林業振興課
025(231)8235

森林を取得した後の届け出

森林の売買や贈与などで新たに森林の土地を取得した場合、買い主は森林法に基づき、90日以内に届け出してください。相続により取得した場合も届け出が必要です。

森林を伐採する前の届け出

森林を伐採（主伐・間伐）する日の30日前までに届け出してください。ただし、道路や住宅の支障となる木を伐採する場合は届け出の必要はありません。

また、1ヘクタール以上の森林を伐採する場合や保安林を伐採する場合は、県知事の許可が必要です。

届出・問い合わせ
農林課農地林政係
支所 地域振興課地域振興係

6月は環境月間 みんなでエコアクション

6月は環境月間です。地球温暖化の防止や環境汚染、ごみのリサイクル、省エネ、節電について考え、できることからはじめてみませんか？

買い物をするときは、グリーン購入（環境に配慮した品物の購入）を心掛けましょう。家庭や職場で少しずつ節電しましょう。

洗剤やシャンプーなどは詰め替えできるものを選ぶなど、ごみの減量に努めましょう。

ごみをつくりない（Reduce：リデュース）、物を再使用する（Reuse：リユース）、再生・再利用する（Recycle：リサイクル）の3Rに取り組みましょう。

問い合わせ 環境保全課環境政策係

会場	五泉図書館2階	時間	午前9時30分～午後6時30分（土・日曜は午後5時まで）	期間	6月19日～29日	小中学校の教科書を手に取つて見ることができます。	小中学校の教科書を手に取つて見ることができます。	学校教育課学務係	小中学校の教科書を手に取つて見ることができます。	小中学校の教科書を展示	お知らせ
----	---------	----	------------------------------	----	-----------	--------------------------	--------------------------	----------	--------------------------	-------------	------

支所	市民課市民係	支所	地域振興課市民係	窓口の業務が一部できません	窓口の業務が一部できません
----	--------	----	----------	---------------	---------------

会場	総合会館 大ホール	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	-----------	----	---------	----	-------	---

会場	総合会館 大ホール	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	-----------	----	---------	----	-------	---

会場	さくらアリーナ	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	---------	----	---------	----	-------	---

会場	さくらアリーナ	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	---------	----	---------	----	-------	---

会場	さくらアリーナ	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	---------	----	---------	----	-------	---

会場	さくらアリーナ	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	---------	----	---------	----	-------	---

会場	さくらアリーナ	時間	午後2時～5時	日時	7月12日	めたい」「いろいろなスポーツに興味がある」という希望をもつた児童や小学生を対象にスポーツイベントを開催します。
----	---------	----	---------	----	-------	---

参加者募集 人気力士とちびっこの大相撲五泉場所

日時 8月10日 午前10時30分～11時（予定）

会場 さくらアリーナ

対象 6歳から12歳の子ども

※保護者1人の付き添いが必要です。

募集人数 25人（申込多数の場合は抽選）

申込方法 申込書を記入し、観光案内所

（JR五泉駅隣）へ提出してください。

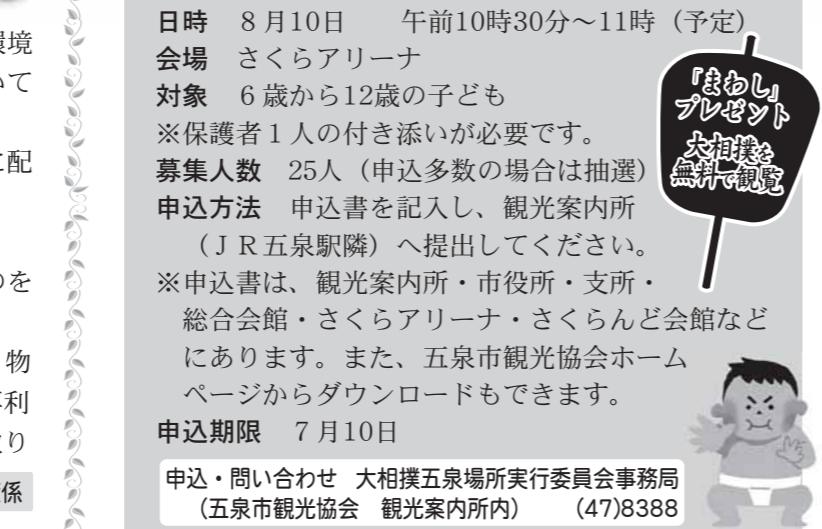
※申込書は、観光案内所・市役所・支所・

総合会館・さくらアリーナ・さくらんどう会館など

にあります。また、五泉市観光協会ホームページからダウンロードもできます。

申込期限 7月10日

申込・問い合わせ 大相撲五泉場所実行委員会事務局
(五泉市観光協会 観光案内所内) (47)8388



年金情報流出問題の悪用や 還付金詐欺に注意！

報道されている年金情報の流出問題で、日本年金機構をかたる不審電話や訪問が発生する恐れがあります。

また、公的機関などの職員を装い電話をかけてきて「医療費や保険料の還付金の払い戻しがある。今すぐATM機へ行って、受け取りの手続きをしてほしい」などと言って現金をだまし取る詐欺の電話も増えています。

「自分だけは大丈夫」と一人で判断せず、家族や周りの人に相談して、被害に遭わないよう注意しましょう。

被害を防ぐポイント

日本年金機構をかたる不審電話があつた場合には、0120-818211（専用電話窓口）へ連絡ください。

ATM機を使った還付金の払い戻しはしていません。決して信用しないようにしましょう。

相手が言う連絡先には絶対に電話をかけないようにしましょう。

問い合わせ 市民課保険年金係
支所 地域振興課市民係

健康福祉課健康づくり係
地域振興課健康づくり係
精神保健福祉相談会
相談

人に對し、精神科の医師による相談会を開催します。相談は無料で、秘密は固く守られます。事前に予約が必要です。

会場 五泉市保健センター
日時 7月1日 時～4時
申込期限 7月3日 午後2時
受付期間 7月1日～3日

新潟地方法務局新津支局
企画政策課男女共同参画係
子どもの人権110番
電話相談番号 0120(007)110
※IP電話からは接続できません。
電話相談番号 025(222)5533
女性のための無料法律相談会
新潟県弁護士会
電話相談番号 025(222)5533
※弁護士が応じます。

このたび、下阿弥陀瀬町内会に備品を整備するため、下阿弥陀瀬町内会のコミュニティ活動への助成が採択され、集会所の備品が整備されました。これらの備品は、町内会や子ども会などで利用され、幅広い世代の交流と地域住民の親睦のために役立てられます。整備されたエアコンと発電機が備品として整備されました。一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成制度（宝くじ助成）は、宝くじの社会貢献広報事業として地域のコミュニティ活動の健全な発展を図っています。

企画政策課企画政策係

宝くじ助成 下阿弥陀瀬町内会に備品を整備

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。「もっと
学びたい!」「もっと知りたい!」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?

さわやか3B会



活動日時 毎週火曜／午前10時～11時30分
活動場所 総合会館 小ホール
会員数 16人
代表者 (連絡先) 佐藤キヨイさん (42)0981

社会教育関係団体の紹介 まなびのトビラ vol. 婦



問い合わせ
(総合会館内)
FAX (43)4190
社会教育関係団体の登録は、
随時、受け付けています。

さつき会



活動日時 毎月第3火曜／午後1時～4時
活動場所 五泉図書館 会議室
会員数 12人
代表者 (連絡先) 寺田ユリさん (42)4375



Q 会の成り立ちは?
「健康で美しく老いる」
きなせや楽習大学の受講
生が、運動を続けていきた
いという思いから平成13年
に結成しました。

Q 活動の内容は?
ステイバルに参加したり、
施設訪問を行ったりしてい
ます。他の3Bサークルと
の交流も深めています。

Q 会の成り立ちは?
あるグループで俳句の勉
強をしていた人たちが集ま
り、さらに俳句を深めたい
と結成しました。

Q 活動の内容は?
女性だけの会ですが、一
緒に楽しく、俳句を作つて
みませんか。初心者でも大
歓迎です。俳句に興味のある
女性の入会をお待ちして
います。まずは、見学から

Q みなさんに一言!
曲に合わせて体を動かす
と細胞が若返る気がしてき
ます。一人で90分も運動す
ることは大変ですが、みん
なと一緒に楽しく動いてい
ればアツという間です。老
化予防に参加しませんか。

Q みなさんに一言!
「健康で美しく老いる」
きなせや楽習大学の受講
生が、運動を続けていきた
いという思いから平成13年
に結成しました。

Q みなさんに一言!
曲に合わせて体を動かす
と細胞が若返る気がしてき
ます。一人で90分も運動す
ることは大変ですが、みん
なと一緒に楽しく動いてい
ればアツという間です。老
化予防に参加しませんか。

Q みなさんに一言!
女性だけの会ですが、一
緒に楽しく、俳句を作つて
みませんか。初心者でも大
歓迎です。俳句に興味のある
女性の入会をお待ちして
います。まずは、見学から

Q みなさんに一言!
女性だけの会ですが、一
緒に楽しく、俳句を作つて
みませんか。初心者でも大
歓迎です。俳句に興味のある
女性の入会をお待ちして
います。まずは、見学から

広報 ごせん

発行／五泉市
編集／総務課広報広聴係

平成27年
6月
10日号
No.227

〒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 : http://www.city.gosen.lg.jp
携帯 : http://www.city.gosen.lg.jp/mobile/
毎月10日・25日発行



この先も安全運転お願いします
(表紙の話)
春の全国交通安全運動の一環で
5月20日、蒲原鉄道村松駅バスタ
ーミナル付近で交通安全街頭指導
が行われました。街頭指導には、
五泉警察署や五泉市交通安全市民
の会など関係団体の他、五泉みど
り保育園の年長児も参加。停車し
た1台1台に「安全運転でお願い
します」「シートベルトをしてく
ださい」と丁寧に呼び掛け、チラ
シを配布し
ました。
ドライブ
ーは園児の
呼び掛けに、
ほほ笑みな
がら応えて
いました。

