

# 市報 たいない

## お知らせ版 9



胎内市HP  
15日号  
2020  
No.357

### 街の連絡帳

**お知らせアイコン**

時	日時	所	場所・会場	対	対象
内	内容	講	講師	料	料金
持	持ち物	他	その他	〒	郵送先
申	申込方法・期間など	問	問合せ		

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベント等が中止・延期になる場合があります。その際は、市ホームページ等でお知らせします。  
イベント等に参加される方は、「新しい生活様式」に基づき、感染防止に努めましょう。

### 催し

**認知症講演会**  
災害が起きたときの認知症の方への支援のあり方をテーマに講演いただきます。  
時 10月10日(出)午後1時30分～3時30分(受付・午後1時～)  
所 産業文化会館多目的ホール  
対 市内在住の方  
講 矢吹知之氏(認知症介護研究・研修仙台センター研究部長)

無料  
胎内市地域包括支援センター  
係 ☎ 44・8691

### 相談

**【再開】**  
行政に関する相談  
毎月第4月曜日に開催する行政相談について、4月から中止していましたが、今月から再開します。日時等については、裏表紙の相談コーナーをご確認ください。  
問 総務課人権啓発係(内線1315)

**法の日週間「特設人権相談所」を開設します**  
10月1日から7日までの法の日週間事業として、「特設相談所」を開設します。相談は無料で、予約は不要です。  
秘密は固く守られますので、お悩みをお持ちの方はご利用ください。  
時 10月1日(休)午前10時～正午  
所 中央公民館  
対 相続・離婚・親子間等の家庭の問題、近隣トラブル、いじめ、いやがらせなどの心配ごとや困りごとの相談  
相 談 員 … 人権擁護委員

問 新潟県地方事務局新発田支局  
☎ 24・7102

### 募集

**【定期購読者募集!】**  
胎内市お出かけガイドブック「いろどり胎内」秋冬号発行  
胎内市の旬の観光情報を「体験」「宿泊」「グルメ」などお出かけシーン別にとりまとめたフリーペーパー(無料で配布する小冊子)「いろどり胎内」の秋冬号を発行しました。  
「いろどり胎内」は、市役所・

市内各施設で配布しているほか、ご希望の方には、毎号ご自宅等に郵送しますのでお問い合わせください。  
また、市内でお店などを営まれている方で、お店にいろどり胎内の設置を希望される方も、お問い合わせください。  
問 商工観光課観光振興係(内線1252)



いろどり胎内

### 胎内スキー場存続のための支援金の募集状況

7月14日から募集をはじめた支援金の状況についてお知らせします。(8月末時点)

インターネットによる支援額	3,321,000円
現金や振り込みの支援額	8,410,888円
支援総額	11,731,888円

市民の皆さんならびに市内の事業者をはじめ胎内スキー場を愛する方々からのご支援をいただき誠にありがとうございます。

引き続き9月29日(火)まで支援金を受け付けていますのでご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

問 商工観光課観光振興係(内線1252)



アプリで広報紙の配信をしています。



## ハロウィンで街歩き ～フォトコンテスト編～

恒例の「ハロウィンで街歩き」を今年はフォトコンテストとして開催します。市内のハロウィンらしい場所や風景、自宅を仮装しハロウィンを楽しむ様子を撮影した写真など、たくさん応募をお待ちしています！入賞者には市の特産品を贈呈します。

【申込】デジタルデータでの応募となります。応募方法は市ホームページをご覧ください。

結果は10月末に市ホームページにて発表予定。入賞作品は市内施設等で展示します。

【募集期間】10月1日(木)～23日(金) (応募先必着)  
 【申込】生涯学習課社会教育係 (内線2214)



▲応募方法等ははこちら

## 自衛官候補生募集

防衛省では自衛官候補生を募集しています。

場合によっては試験日時等の変更が予想されますので、詳細はお問い合わせください。

【受験資格】18歳以上33歳未満の方  
 【試験日】11月15日(日)  
 【受付期間】9月21日(月)～11月9日(月)

【申込】自衛隊新発田地域事務所 ☎ 5619

## 講座・教室

### 健康体操教室「ヨガ」

ヨガ初心者の方も経験者の方も大歓迎です！ヨガマットをお持ちでない方はご相談ください。  
 【時間】10月22日(木)、29日(木) 午前9時30分～10時30分  
 【場所】の与交流館大広間  
 【対象】市内在住でおおむね60歳以上の方  
 【講師】愛さん

【料金】無料  
 【定員】20人(先着順)  
 【持ち物】ヨガマット、タオル、飲み物

【申込】生涯学習課社会教育係 ☎ 47・3404



## 新発田地域 マチツクリリスト育成講座

地域づくり・まちづくりに興味のある方を対象に、これからのまちづくりをコーディネートするノウハウを学ぶ連続講座を開催します。

【時間】10月7日(木)、18日(日)、11月4日(水)、15日(日)の4回  
 【場所】新発田地域振興局(新発田市豊町3-3-2)

【料金】無料  
 【定員】20人  
 【申込】9月25日(金)まで  
 【場所】新発田地域振興局企画振興部  
 【電話】22・8612  
 【メール】ngt11310@pref.nigata.lg.jp



▲詳細はこちらから(新潟県HP)

## お知らせ

### 秋の全国交通安全運動

夕暮れの早まりと秋の行楽期が重なるこの時期は、例年交通事故が多く発生しています。早めのライト点灯など交通ルールを守り、正しい交通マナーで交

## 一国民健康保険加入者の皆さまへ

### バス利用者限定 人間ドック集団受診のお知らせ

バス利用をされる方のみが集団受診の予約対象です。自家用車での受診を希望される方は、新潟県健康管理協会に直接ご予約ください。

- 対象者 胎内市国民健康保険に加入し、受診時に35歳以上、75歳未満の方
- 健診場所 新潟県健康管理協会(新潟市中央区) ☎ 025・283・3700
- 日程・定員など

日時	募集人数
10月28日(水)	15人
11月5日(木)	15人

- 《送迎場所》
- ◎中条・乙・築地地区…市役所本庁舎
  - ◎黒川地区…黒川庁舎
  - ◎鼓岡地区…鼓岡地区担い手センター
  - ◎大長谷地区…大長谷地区基幹集落センター

- 健診料 本人負担額…12,830円～(消費税含む)
- 申込 10月12日(月)までに、保険証・認印(シャチハタ等不可)を持って市民生活課ほけん年金係または黒川庁舎市民サービス窓口へ申し込んでください。(期限厳守)  
 ※電話での申し込みはできません。
- 問合せ 市民生活課ほけん年金係(内線1147)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベント等が中止・延期になる場合があります。その際は、市ホームページ等でお知らせします。

交通事故防止に努めましょう。

9月30日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。1件でも悲惨な交通事故死をなくし安心・安全な交通社会を目指しましょう。

**スローガン:**『あおらない優しい気持ちで走る秋』

**高齢者のみ世帯の訪問調査実施中**  
救急搬送時や大規模災害時の速やかな支援に役立てられるよう、民生委員が対象者のご自宅を訪問して心身の状況や緊急連絡先等の聞き取り調査を行っています。この調査で得られた情報は市で管理し、目的以外には使用しません。なお、希望しない方はご連絡ください。

**運動の重点:**  
・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  
・高齢運転者等の安全運転の励行  
・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

**運動期間:** 9月21日(月)～30日(水)  
(※) 園総務課庶務係 (内線1322)

## 9月は新潟県高齢者見守り強化月間

県では、毎年2月と9月を「高齢者見守り強化月間」と定めており、この期間に合わせて声掛けや見守り活動を呼びかけていきます。

新型コロナウイルス感染症予防の影響で、家に閉じこもりがちになる高齢者が増えていきます。地域の皆さんによる声掛けや見守りなどの温かいご支援とご協力をお願いします。  
園福祉介護課地域包括支援センター 係 ☎44・8691

## 高齢者のみ世帯の訪問調査実施中

救急搬送時や大規模災害時の速やかな支援に役立てられるよう、民生委員が対象者のご自宅を訪問して心身の状況や緊急連絡先等の聞き取り調査を行っています。この調査で得られた情報は市で管理し、目的以外には使用しません。なお、希望しない方はご連絡ください。

**調査期間:** 12月28日(月)まで  
※一人暮らし高齢者世帯の方も対象です。  
園福祉介護課地域福祉係 (内線1138)

## 高齢運転者について考える交通安全講演会

高齢運転者が幸せな運転生活を送るために、高齢者本人や家族を対象とした講演会が開催されます。

講演会は、「高齢ドライバーの弱点とこれからの基本運転術」についての基調講演と、ユーモアあふれる交通安全漫談の2部構成となっています。  
園・園10月4日(日)午後1時30分～3時30分 燕市老人集会センター (燕市大曲4336)  
10月18日(日)午後1時30分～3時30分 南魚沼市ふれ愛支援センター

## 家屋の所有者変更・取り壊し

▼次の場合、市役所へ提出が必ずです。

- ・登記の済んでいない家屋(未登記)を相続・贈与・売買したとき: 「未登記家屋所有者変更届」
- ・家屋を取り壊したとき: 「家屋取壊し届」

※届け出や申告書の提出がないと、前所有者や取り壊し済みの家屋に固定資産税が課税されますので、速やかに申告書を提出してください。用紙は、税務課資産税係、黒川庁舎市民サービス窓口にあります。  
園提出先: 税務課資産税係  
園税務課資産税係 (内線1123・1124)

## 年金事務所からのお知らせ

「扶養親族等申告書」の提出を忘れずに  
一定額以上の公的年金を受給している方は、毎年「扶養親族等申告書」の提出が必要です。対象となる方には、令和3年分の扶養親族等申告書が日本年金

ター(南魚沼市坂戸399-1) 園・園県民生活・環境部県民生活課交通安全対策室  
☎025・280・5136

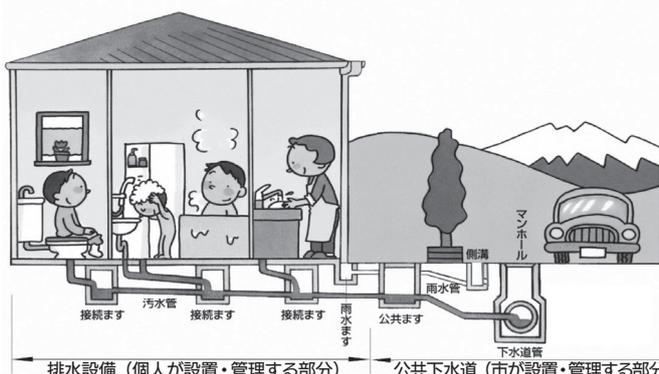
機構から9月18日(金)以降、順次送付されます。  
扶養親族などがいない方も、ご自身の基礎控除などを受けるため、提出が必要です。提出を忘れると、令和3年中の年金にかかる所得税の源泉徴収額が多くなってしまう場合がありますのでご注意ください。対象の方には必要事項を記入・押印の上、お早めに日本年金機構へ提出してください。  
園10月30日(金)まで  
●変更点: 税制改正により、新たにひとり親控除が創設されるとともに寡婦(寡夫)控除の要件が変更されました。  
園扶養親族等申請書お問い合わせダイヤル ☎0570081240  
新発田年金事務所お客様相談室 ☎23・2128  
市民生活課ほけん年金係 (内線1149)

## 雨水を下水道に流していませんか?

雨の日は晴れの日より多くの汚水が処理場に流れ込んでいます。その原因のひとつに、家庭の屋根や庭の雨水を下水道に接続し、流していることが考えられます。

胎内市の下水道と農業集落排水は雨水を流すことはできません。

雨水がながっている場合は、市が指定する工事店にお願いをして切り離してください。  
家庭の雨水が下水道につながっていると・・・  
・大雨や長雨によりマンホールが溢れ、汚水が田んぼや川に流れ込み、環境を悪化させてしまう恐れがあります。  
・多くの汚水が処理施設に流れ込み、処理できる能力を超えた場合、施設の故障等の原因となります。(多くの工費が必要となります。)  
園上下水道課下水道係 ☎43・5741



催し

相談

募集

スポーツ

講座・教室

お知らせ

### 環境に関するアンケートにご協力ください

市では第2次胎内市環境基本計画の策定にあたり、市民の皆さまの環境意識などを把握するため、無作為に抽出した市民の方と市内事業者を対象に「胎内市の環境に関するアンケート」調査を実施しています。対象者には既にアンケート用紙を配布していますので、ご協力をお願いします。

閩市民生活課生活環境係（内線1151）

### 特別整理（蔵書点検）に伴う休館のお知らせ

胎内市図書館は、図書の特整理（蔵書点検）のため、休館します。

休館中は図書の返却のみ受け付けます。返却の際は入り口脇のブックポストをご利用ください。

時 10月1日（休）～7日（休）  
 閩胎内市図書館 ☎43・3700



### ちゅーりっぷぶ苑 文化祭週間

利用者やその家族、職員作品等自信作を展示します。

時 9月20日（日）～30日（水）  
 所 胎内市美術館市民アートギャラリー

閩クラレテクノ（株）ちゅーりっぷぶ苑 ☎20・8490

### （株）クラレ新潟事業所 総合防災訓練

（株）クラレ新潟事業所では、事故災害に備え総合防災訓練を毎年実施しています。今年も「地域住民の方々への通報訓練」を取り入れた総合防災訓練を実施します。

※工場内でサイレンが鳴ります。  
 時 10月7日（水）午後2時～3時30分  
 対 通報訓練の対象地域：西条町1、西条町2  
 内 通報訓練の内容：広報車と防災行政無線での通報訓練を行います。

### 労働トラブル休日相談会

労働トラブル（解雇や賃金、パワハラなどの労使間トラブル）でお悩みの労働者、事業主の方からの相談が可能です。

時 10月11日（日）午後1時30分～4時30分  
 ※相談時間は一人約30分  
 所 県庁16階労働委員会（新潟市中央区新光町4-1）  
 ¥ 無料  
 申 10月8日（木）午後5時まで  
 閩 県労働委員会事務局総務課 ☎025・280・5544



### 「世界アルツハイマーデー」ユニゾンプラザライトアップ

9月21日の「世界アルツハイマーデー」に合わせ、認知症啓発のイメージカラーの「オレンジ色」にライトアップします。

時 9月21日（月）～25日（金）午後5時30分～9時30分（予定）  
 所 ユニゾンプラザ  
 閩 新潟県高齢者総合相談センター・新潟県認知症コールセンター ☎025・285・4165

## 市営塩沢霊園・船戸霊園のご案内

閩市民生活課生活環境係（内線1151）

次の通り空き区画があります。ご使用をお考えの方は、お気軽にご相談ください。

項目	塩沢霊園		船戸霊園	
	B区画	A区画	B区画	C区画
区画面積	4.0㎡	5.625㎡	6.75㎡	9.0㎡
永代使用料	100,000円	146,000円	175,000円	234,000円
残り区画数 (R2.8.31 現在)	6区画	2区画	24区画	24区画
年間管理料	1,000円 共有場所の維持管理：駐車場、通路、フェンス周り等の修繕および草刈り等			

- ・ 対 胎内市に住所または本籍を有する方
- ・ 内 申込書の提出順に区画を選択できます。  
永代使用料の納付後に利用可能。

- ・ ※霊園の返還について
- ・ 墓石・墳墓が未設置の場合で、一定の条件に該当すれば既に納付された永代使用料の一部を還付します。
- ・ 還付事由：使用許可を受けた者または承継者が、市外に在住等で祭祀を行うことが事実上困難であると認められる場合など

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベント等が中止・延期になる場合があります。その際は、市ホームページ等でお知らせします。

## 子育て支援ボイスカウト 中条第一団体験入隊

うがい・手洗い・三密防止に気を配りながら活動を再開していきます。次の活動日で体験入隊（無料）ができます。見学もできます。

時 10月11日(日)・25日(日)  
所 集合場所：胎内市役所（午前9時集合）  
対 年長〜小学校3年生  
内 ▼11日：団野営場（飯角奥）でのゲーム（半日）  
▼25日：ハイキング（一日）  
※詳細は電話で説明します。  
申 各活動日の3日前まで  
申・団子育て支援の中条第一団（杉山剛） ☎43・4879

## 新型コロナウイルス感染症 引き続き注意を！

新潟県の注意報は解除されましたが、市内では9月も発症がありましたので引き続き感染予防行動に努めてください。

感染の拡大がみられる地域から市内に移動してきた場合（往復を含む）

- ・感染の拡大がみられる地域から市内に移動してきたら体調に注意し、体調不良の際は帰国者・接触者相談センター（保健所）に相談する
- ・感染の拡大がみられる地域から市内にいられた知人等との接触も十分注意する

感染の拡大がみられる地域での行動

- ・行った先での飲酒を伴う会食をできるだけ避ける
- ・やむを得ず行う場合は、感染防止対策を行った上で、慎重な行動をとる

飲酒を伴う会食

- ・極力少人数が望ましく、多人数（10人以上）の会食には特に注意する
- ・大声を出す・三密のいずれかが発生する状況や、長時間での会食を避ける

※中条中央病院では誰でも自費でPCR検査ができます。詳しくは8ページをご覧ください。

市報アンケートに寄せられたご意見、ご感想を紹介いたします。

▼楽しみにしていた祭りやイベントが中止になってとても残念です。夏休みは自由研究で胎内川を調べます。新しい発見があるといいなあ。

▼8月号の表紙はとても良かったと思います。カブトムシを一心に見つめるお子さんの表情がよく撮れています。

## 市税の納期限 9月30日(水)

固定資産税 3期  
国民健康保険税 3期

口座振替による納付もできますので、ご利用ください。

☎ 税務課収納係（内線 1125・1126）

▼令和2年9月分特別徴収の納期限は、10月12日(月)です。

☎ 税務課市民税係（内線 1122・1128）

## 令和2年国勢調査が 始まります

10月1日(水)を基準日として実施される国勢調査は、5年ごとに行われる国の最も基本的な統計調査で、今回で100年の節目を迎えます。



9月14日から、調査員が市内の全ての世帯を訪問します。調査員はマスク等の感染症防止対策を行ったうえで、調査票等を配布します。

調査への回答は、インターネット回答（パソコンやスマートフォン）か、返信用封筒での郵送回答を推奨しています。ポストへの投函が難しい方は、調査員が回収することもできます。

『令和2年国勢調査』へのご理解とご協力をお願いします。

国勢調査を装った詐欺や不審な調査にご注意ください。



☎ 総合政策課行革協働係（内線 1363）

## 市有地を売却します

不要となった市有地を競争入札により売却します。入札参加希望者は、「市有財産売却説明書（一般競争入札）」を市ホームページまたは財政課で入手のうえ入札にご参加ください。

時 10月16日(金) 市役所2階大会議室

入札参加申込書提出期限

10月8日(水)午後5時（必着）

物件番号	所在	種別	登記地積	最低売却価格
1	塩沢字前山 1535番地45	宅地 (建物付き)	330.65 ㎡	7,529,000 円
2	東牧字砂子橋 下752番51	宅地 (更地)	734.72 ㎡	6,100,000 円

☎・☎財政課財政係（内線 1344）

催し

相談

募集

スポーツ

講座・教室

お知らせ

# マイナンバーカードで マイナポイント

キャッシュレス決済サービスで  
チャージやお買いものをする時、  
マイナポイントが  
決済サービスのポイントとして

上限 **5,000** 円分もらえちゃう！

(ポイント付与対象期間：令和3年3月31日まで)



- ◆ チャージやお買いもの時にマイナンバーカードを提示する必要はありません。
- ◆ 国がお買いもの履歴を収集・保有することはできないので、利用は安心です。

まずは、マイナンバーカードで  
マイナポイントの  
予約・申込み！

※予約者数が国の予算の上限に達した場合には、マイナポイントの予約を締め切る可能性があります



予約・申込  
方法はこちら

## 安心・安全 マイナンバーカード



『個人番号』を使う手続きでは、顔写真付きの身分証で本人確認が行われるので悪用は困難です。



カードの利用時には、暗証番号が必要です。一定回数間違えるとカードがロックされます。



不正に情報を読み出そうとするとICチップが壊れる仕組みのため安全です。

カードを紛失してしまったら…

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ **0120・95・0178**

※ 24時間 365日体制で一時的利用停止可能

## マイナンバーカード休日交付窓口を開設

平日に来庁が困難な方のために、休日臨時交付窓口を開設します。マイナンバーカード交付のほか取り扱う業務は次のとおりです。ご利用ください。

- **とき** 10月11日、11月8日、12月13日、  
令和3年1月10日、2月14日、3月14日  
(いずれも日) 午前8時30分～正午
- **ところ** 市役所市民生活課市民係
- **取扱業務**
  - ◆ マイナンバーカードの交付・申請・更新
  - ◆ マイナポイントの予約・申請  
(必要な物は市報たいない9月1日号5ページを確認)
  - ◆ 戸籍・住民票写し交付
  - ◆ 印鑑登録・印鑑証明交付
  - ◆ パスポート受取 (申請はできません)

- **マイナポイントに関する問合せ** 総合政策課広報情報推進係 (内線 1365)
- **マイナンバーカードに関する問合せ** 市民生活課市民係 (内線 1145)

## NPO 法人スポーツクラブたいない通信 No.9



ホームページ  
はこちら

### 10月のウォーキング・トレッキング

#### ◎番屋山トレッキング (933 m) (三条市)

雨生ヶ池 (まごいがいけ) の水面に映える紅葉が楽しめます。

- **とき** 10月14日(水) ※小雨決行  
受付：午前7時30分～

- **集合場所** ふれすぽ胎内駐車場
- **参加費** 会員 1,000円、非会員 1,500円
- **定員** 26人



#### ◎長岡丘陵公園ウォーキング (長岡市)

さまざまな種類のバラを楽しむことができます。

- **とき** 10月21日(水) ※小雨決行  
受付：午前7時30分～
- **集合場所** ふれすぽ胎内駐車場
- **参加費** 会員、非会員ともに 500円
- **定員** 26人



※どちらも要申込。

参加費を添えて平日、午前9時～午後5時の間にお申し込みください。

キャンセルは1週間前までにお願いします。その後のキャンセルは返金致しかねます。



参加人数に応じて  
バスを2台出します

- **申込・問合せ** NPO 法人スポーツクラブたいない事務局 (ふれすぽ胎内) ☎ 43・0003

# 第24回NHK「わたしの尾瀬」写真展

## 胎内展



【動植物の部】金賞「登山道でお見合い」  
さくらい ひろゆき  
 桜井 博之 氏 新潟県魚沼市



【風景の部】金賞「春まだ浅き尾瀬」  
ひらい くみこ  
 平居 久美子 氏 神奈川県横浜市



【風景の部】銀賞「鮮やかに」  
といし とみお  
 外石 富男 氏 新潟県加茂市

この写真展は、本州最大の高層湿原、「尾瀬」の素晴らしさと自然の大切さを知ってもらおうとNHKの新潟、前橋、福島各放送局と尾瀬保護財団が企画して行うものです。

第24回NHK「わたしの尾瀬」フォトコンテストに入賞した作品や尾瀬の自然保護に関する資料を展示します。

- とき 9月19日(出)～27日(日)  
午前9時～午後5時30分(期間中無休)
- ところ 産業文化会館 企画展示室
- 内容
  - ・第24回NHK「わたしの尾瀬」フォトコンテスト入賞作品50点の展示
  - ・尾瀬の自然保護に関するパネルの展示
- 入場料 無料
- 主催 NHK「わたしの尾瀬」実行委員会  
(NHK新潟放送局、NHK前橋放送局、NHK福島放送局、(公財)尾瀬保護財団)
- 共催 胎内市教育委員会
- 問合せ (公財)尾瀬保護財団  
☎027・220・4431  
平日：午前8時30分～午後5時15分
- NHK新潟放送局  
☎025・230・1622  
平日：午前10時～午後6時
- 生涯学習課文化・文化財係  
☎47・3409  
平日：午前8時30分～午後5時15分

- ◆ご来場時の検温にご協力ください。37.5℃以上の発熱があった場合入場をお断りいたします。
- ◆ご来場の際は「マスクの着用・咳エチケット・手指の消毒・ソーシャルディスタンスの確保」など感染防止のご協力をお願いします。
- ◆感染が発生した場合に備え、ご来場者の氏名、緊急連絡先等の記入にご協力ください。



## 新型コロナウイルスの感染予防のために ～ お口のお手入れと鼻呼吸 ～

感染者のくしゃみ、咳、つばなどと一緒にウイルスが放出され、口や鼻から吸い込んで感染します。お口の中が汚いとそれだけで感染のリスクが高くなります。また、「鼻呼吸は天然のマスク」と言われています。空気を吸ってはきだす動作を、口ではなく鼻ですること、ウイルスを防ぐ効果があると言われています。

### 感染予防のためのポイント



- ① 毎日の歯磨き、うがい、舌磨きでお口を清潔に保ち感染症を予防しましょう。

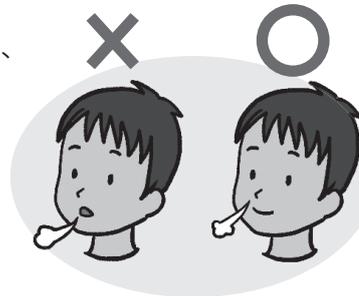
イソジンなど薬剤を使ったうがいは多くしすぎると自分のお口の善玉菌も殺菌することになるので、薬剤を使ったうがいは1日に1、2回で十分感染症予防になると言われています。

- ② 鼻呼吸を意識してみましょう。

口を閉じた時に舌が上あごの裏についていると、しっかり口を閉じることができ、鼻呼吸しやすくなります。

- ③ お口の体操で舌や口回りの筋肉を鍛えましょう。

口呼吸や口が開いた状態が長く続くと、舌や口回りの筋力が低下しやすいため、今年はマスクをしている息苦しさから、マスクの下では口呼吸となりやすいので注意が必要です。



新潟県いくいく食育お口げんき体操  
ワン・ツー・スリー

## 新型コロナウイルス感染拡大防止のために ～コロナウイルス自費検査～

中条中央病院では、無症状でも自費でPCR検査を希望する方は検査を受けられます。

### 完全予約制

- 予約日時 月～金 14時～16時
- 検査実施日時 火～金 14時～14時30分
- 料金 (税込)  
PCR検査 22,000円  
2日後に検査結果のコピーをお渡しします。  
(証明書が必要な場合は別途 2,200円かかります。)
- 持参するもの 検査料金  
(検査日に支払い、結果は来院時にお知らせします。)
- 問合せ 中条中央病院内科外来 ☎ 44・8800

## 県立坂町病院活性化促進大会

胎内市・村上市・関川村で構成する協議会では、坂町病院の医師確保や診療の充実強化等のため促進大会を胎内市で開催します。今年度は新型コロナウイルス感染症の予防対策として事前申込制とします。

- 日時 10月31日(出)  
午前9時30分～11時30分  
(受付開始午前9時)
- 場所 胎内市産業文化会館
- 内容 ○意見発表 (村上市荒川地区住民)  
○大会決議  
○記念講演 (坂町病院 本間則行院長)
- 定員 50名 (先着順)
- 申込方法 健康づくり課まで電話または直接お申し込みください。
- 期間 10月2日(金) 締切  
定員に達した時点で受付を終了します。
- 申込・問合せ ほっとHOT・中条  
健康づくり課 ☎ 44・8680



## 黒川地区複合健（検）診のお知らせ

特定健診、胸部レントゲン検診、胃部（バリウム）検診、大腸がん検診を実施します。申し込みをしている方にはすでに案内を発送していますが、申し込みをしていない方で受診を希望される場合は、問い合わせ先までご連絡ください。

密集を避けるため、受付時間を区切ってご案内していますので、できるだけ案内された時間内にお越しください。

※新型コロナウイルス感染症の発生状況や国の動向により、健（検）診を中止する場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

### ●日程

	日 時	胃	大腸	特定	胸部	会 場
10月7日(水)	8時30分～10時00分	○	○	△	△	黒川地区公民館
10月8日(木)	8時30分～10時00分	○	○	○	○	
	13時00分～14時30分	△	○	○	○	
10月9日(金)	8時30分～10時00分	○	○	○	○	にこ楽・胎内
	13時00分～14時30分	△	○	○	○	

●問合せ 健康づくり課（ほっとHOT・中条内） ☎ 44・8680

9月9日は救急の日

## いざという時に備え、救命講習を！！

●問合せ  
胎内消防署 ☎ 43・3311

もし、目の前で倒れている人がいたら、その場に居合わせた人の勇気が必要です。平成30年に全国では市民が心肺蘇生を行った場合の1か月後の生存率は17.5%で、行わなかった場合は9%と勇気ある行動で生存率が約2倍になるという結果が出ていました。

しかし、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、感染への不安から心肺蘇生に消極的になる市民が増えることが懸念され、厚生労働省から「新型コロナウイルス感染症流行時の救急蘇生」（指針）が次のとおり示されました。

### すべての心停止した傷病者は感染の疑いがあるとして対応する〈AEDの装着使用は変更なし〉

- 自分のマスクがあれば着用する。
- 呼吸や反応を確認する際には顔を近づけすぎない。
- 心臓マッサージをする際には鼻と口にハンカチなどをかぶせる。
- **成人の心停止には人工呼吸をしない。** 子どもの心停止の原因は窒息や溺水など呼吸障害が多いため、身近な知り合いの子どもが心停止した時は人工呼吸の技術を身につけている場合は心臓マッサージと人工呼吸を組み合わせる。
- 救急隊に引き継いだら、速やかに手や顔をせっけんで洗い、うがいをする。
- 傷病者にかぶせたハンカチなどは直接手に触れず廃棄する。



\*新発田地域広域消防本部では「救命講習」を行っています。関心のある方、申し込みを希望する方は新発田地域広域消防本部ホームページを参照するか、胎内消防署 ☎ 43・3311、新発田地域広域消防本部 警防課 ☎ 22・9073 まで申し込みください。





【一般書】  
『わかりやすさの罪』  
たけだ さつすき 著  
朝日新聞出版  
(278 ページ)

人に「わかりやすく伝える」ことは、確かに大切。しかし、「すぐにわかる」表現や手法ばかりが正しいものだろうか？ 私たちの社会に今も影響を与えている「わかりやすさ」の功罪を考える。



【児童書】  
『魔女と花火と100万円』  
もちづき ゆきえ 文  
講談社  
(207 ページ)

杏が通う中学校では、来年から文化祭がなくなることが決まっている。しかし生徒会役員の賢人は、文化祭復活のために仲間と秘密の計画を進めていた。その計画に、杏も強引に巻き込まれてしまい…。

## ■おはなしこずめの会による絵本ボランティア

読み聞かせや本を選ぶお手伝いをしています。

《とき》9月26日(土)、10月10日(土)

午前10時30分～と

午後1時30分～(約1時間)

《ところ》胎内市図書館1階児童コーナー



■全ての図書館(室)共通

1回に借りられる冊数、期間…1人5冊まで、2週間

## ◆胎内市図書館 貸出・予約ベスト3

(令和2年6月16日～8月15日集計)

- |    |                            |
|----|----------------------------|
| 貸出 | 1位『女武将板額』(島政大 著)           |
|    | 2位『流人道中記』上(浅田次郎 著)ほか1冊     |
|    | 3位『おいてこそ生き甲斐』(石原慎太郎 著)ほか6冊 |
| 予約 | 1位『少年と犬』(馳星周 著)            |
|    | 2位『きたきた捕物帖』(宮部みゆき 著)       |
|    | 3位『女帝小池百合子』(石井妙子 著)ほか4冊    |

図書館の開館日		開館日	開館時間	10月中旬までの休館日	その他
胎内市図書館 ☎43・3700	施設名・連絡先	(火)～(金)	9:00～19:00	9月21日(月)祝、22日(火)祝、30日(水)(月末)	・胎内市図書館が閉まっているときは、入り口脇の返却ポストに返却本を入れてください。 ・新型コロナウイルス感染症の対策対応のため、開館日や時間を変更する場合があります。詳しくは各館にお問い合わせください。
		(土)・(日)・(月)	9:00～17:00	10月1日(土)～7日(水)(蔵書点検)	
黒川地区公民館図書室 ☎47・3405		毎日	9:00～17:00	なし	
きのと交流館図書室 ☎46・2101		(月)～(金)	8:30～17:15	(土)・(日)・(祝)・(振休)	
築地農村環境改善センター図書室 ☎45・3101		(月)～(金)	8:30～17:15	(土)・(日)・(祝)・(振休)	

## 夜間窓口 【毎週水曜日午後7時まで】

仕事などで、日中来庁できない方は、ご利用ください。  
※ただし、祝日は除く。

●対象窓口 市民生活課(1階10番窓口)  
1番窓口、税務課(1階10番窓口)

▼市民生活課対象業務：戸籍など各種証明書や住民票の写しの交付、印鑑登録、マイナンバーカードの申請および受け取りなど。

☎市民生活課市民係(内線1145、1146)

▼税務課対象業務：所得、課税、納税証明書の交付。市税、各種負担金、使用料および利用料などの受領。

※納付書を持参された方のみ、受領します。

☎税務課市民係(内線1122、1128)

※住所などの異動届(転入、転出、転居など)、戸籍に関する相談(婚姻、離婚など)、また、税申告や納税相談は受け付けできません。

●本人確認について 証明書の交付請求で窓口に来られた方の本人確認を行っています。免許証、パスポート、マイナンバーカード、保険証、年金手帳などの

いずれかを提示してください。



## 市報たいないに広告を掲載しませんか？

毎月発行する「市報たいない1日号」に有料広告を掲載しています。あなたのお店や会社などをPRしませんか？

1枠5000円(市内業者)で、1号につき8枠相当の広告を掲載します。広告の色は黒の1色刷りです。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎11月1日号、「胎内市 広告募集」をインターネットで検索。

☎・圏総合政策課広報情報推進係(内線1367)

●広告イメージ(縦48・8mm×横84mm、1枠)

市報たいないに広告を掲載しませんか。

## 広告募集!!

広報紙であなただけのお店をPRしませんか。掲載方法は市ホームページをご覧ください。

総合政策課広報情報推進係  
Tel.43-6111(内線1367)

<http://www.city.tainai.niigata.jp/gyouse/koukoku/shihou/shihou.html>



母子保健		※会場は「ほっとHOT・中条」です。健康づくり課 ☎44・8680		
健診名・教室名	10月の開催日	受付時間	対 象	
パパママ学級	前期	—	—	
	後期	—	—	
4か月児健診	10月 6日(火)	13:00~13:20	令和2年5月生まれの子	
育児教室	10月14日(水)	9:15~ 9:25	令和2年4月生まれの子	
7か月児健診	10月 6日(火)	13:30~13:50	令和2年2月生まれの子	
1歳6か月児健診	—	—	—	
3歳児健診	10月27日(火)	13:00~13:45	平成29年8月4日~31日生まれの子	

今後、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止または延期となる場合があります。その場合は個別で連絡します。

歯科健診		※各施設に直接連絡してください。		
健診名	10月の開催日	受付時間	対 象	
1歳児親子歯科健診	—	—	—	
2歳児歯科健診	10月22日(水)	13:00~13:40	平成30年7・8月生まれの子	

保育園の開放日		※各施設に直接連絡してください。		
保育園名	10月の開放日	開放時間	連絡先	
日の出保育園 (ポプラの会)	10月22日(水)	10:00~11:15	大川町15-59 ☎43・2509	
ふたば保育園 (すくすくらんど)	10月15日(水)	10:00~11:15	新和町2-57 ☎43・5225	
黒川保育園 (カンガルーム)	10月 7日(水)	10:00~11:15	黒川1124 ☎47・2442	
まごころ保育園たいない (にこにこひろば)	都合により、中止します。		加賀新251 ☎20・8585	

子育て支援センターのご案内		※各施設に直接連絡してください。		
支援センター名	開所日	開所時間	育児相談・連絡先	
きらら (ほっとHOT・中条)	(月)~(金)	10:00~17:00	育児相談は(月)~(金)の10:00~15:00 西本町11-11 ☎44・8680	
	(土)・(日)・(祝)	10:00~15:00		
こあらクラブ (中条すこやかこども園)	(火)・(水)・(木) (祝を除く)	10:00~15:00	育児相談は(火)・(水)・(木)の10:00~15:00 西条町3-10 ☎43・2444	
こっこクラブ (ついじ保育園)	(月)~(金) (祝を除く)	10:00~15:00	育児相談は(月)~(金)の10:00~15:00 築地3246 ☎45・1100 火曜日は計画活動あり	
メイプルクラブ (ひだまりこども園)	(月)~(金) (祝を除く)	9:00~12:00 13:00~15:00	電話・面接・メールによる相談。要予約 十二天91-5 ☎46・3131 <a href="http://www.atago.or.jp/hidamari/">http://www.atago.or.jp/hidamari/</a>	
ふれ愛の里なかよし (きすげこども園)	(月)~(金) (祝を除く)	9:00~12:00 13:00~15:00	育児相談は(月)~(金)の9:00~15:00 黒川1124 ☎28・8811	
すこやか (聖心こども園)	(月)~(金) (祝を除く)	9:30~16:30	育児相談は(月)~(金)の9:30~16:30 西栄町9-46 ☎43・3650	
みなみ (さわらび保育園)	(月)~(金) (祝を除く)	10:00~15:00	育児相談は(月)~(金)の10:00~12:00 星の宮町103-1 ☎20・7628	

0歳児限定「びよびよ広場」		※健康づくり課 ☎44・8680		
会 場	開催日	開催時間	対象・内容	
ほっとHOT・中条 2階和室	—	—	新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間休止します。	

休日診療所		※必ず保険証を持参してください。				
診療所名・連絡先	診療日	担当医師	診療時間	診療所名・連絡先	診療日	診療時間
中条地区休日診療所 (ほっとHOT・中条内) 西本町11-11 ☎44・8621 ※当日のみ	10月 4日(日)	丹呉益夫	9:00~11:30 13:30~16:30	新発田地区救急診療所 (県立新発田病院前) 新発田市本町1-16-14 ☎23・8350	(月)~(金)	19:30~21:30
	10月11日(日)	時田 亮			(土)	18:30~21:00
	10月18日(日)	鈴木 薫			(日)・(祝)	9:00~11:30 13:30~16:30
	10月25日(日)	渡辺 順			18:30~21:00	

# 相談コーナー 自分のこと・家族のことひとりで悩まず、ご相談ください。

種別	日時・内容	会場・電話番号	
健康・福祉	福祉まるごと相談	(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時15分 福祉介護課内福祉まるごと相談窓口 ☎43・0310	
	高齢者福祉相談	(月)～(金) (祝を除く) 午前9時～午後5時 胎内市地域包括支援センターみらい (市役所1階) ☎44・8691 地域包括支援センター胎内市社協 (ほっとHOT・中条内) ☎44・8687 地域包括支援センター中条愛広苑 (中条愛広苑内) ☎46・5601 地域包括支援センターやまぼうし (黒川病院隣) ☎47・2115	
	障がい児・者に関する福祉相談 ※相談支援専門員が対応します。	(月)～(金) (祝を除く) 午前9時～午後6時	地域生活支援センターごっちゃん ☎28・8530
		(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時30分	社会福祉法人胎内市社会福祉協議会 ☎44・8682
		(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時30分	社会福祉法人七穂会 虹の家相談支援センター ☎44・0020
		(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時30分	相談支援事業所 deed(ディードウ) ☎28・7210
	虹色カフェたいたい (認知症カフェ)	10月23日(金) 午後1時～3時 ほっとHOT・中条 問合せ：胎内市地域包括支援センターみらい ☎44・8691	
健康なんでも相談	10月1日(木)・15日(木) 午前9時～11時 ※計測を希望する方は感染症予防のためマスクをお持ちください。	健康づくり課 (ほっとHOT・中条内) ☎44・8680	
こころの相談電話	①新潟いのちの電話 (24時間対応) ②新潟県こころの相談ダイヤル(24時間対応)	①☎025・288・4343 ②☎0570・783・025	
法律	法テラス法律相談	(月)～(金) (祝を除く) 午前9時～午後5時 (予約制、経済的に余裕のない方を対象) 日本司法支援センター新潟地方事務所 (法テラス新潟) ☎050・3383・5420	
	司法書士による無料消費生活相談 (多重債務、振り込め詐欺、契約トラブル等)	10月8日(木) 午後1時30分～4時30分 (予約制) ※偶数月の第2(木) 市役所1階ロビー脇市民相談室 ☎商工観光課商工振興係 (内線1255)	
	弁護士による無料法律相談	10月15日(木) 午後1時30分～4時 予約制：先着5人まで 予約開始：10月1日(木) 午前8時30分～ 市役所1階ロビー脇市民相談室 ☎総務課人権啓発係 (内線1315)	
子育て	教育相談	(月)～(金) (祝・お盆・年末年始を除く) 午前9時～午後4時 ※専任相談員担当：(月)・(水)・(金) ※(土)は予約相談を受け付けます。 胎内市教育相談センター (B&G 海洋センター体育館隣2階) ☎43・3500	
	子ども家庭相談	(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時15分 健康づくり課子育て応援係 (ほっとHOT・中条内) ☎43・0304	
その他	ボランティアに関する相談	(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時30分 胎内市ボランティアセンター (胎内市社会福祉協議会内) ☎44・8682	
	行政に関する相談	毎月第4(月) (祝の場合は翌日) ※今月から再開します。 午前9時～11時30分 中央公民館2階A集会室 (相談員：小林) ☎総務課人権啓発係 (内線1315)	
	若者の就労に関する相談 (15歳から49歳までの無業の方が対象です。家族の相談も可)	(月)～(金) (祝・第2(金)を除く) 午前10時～午後5時 (予約制) 毎月第4(金) 午後1時30分～4時30分 (ほっとHOT・中条、予約制) (全ての申込・問合せ) 下越地域若者サポートステーション ☎0254・50・1553	
	生活の困りごと相談 (借金、就労、ひきこもり、子どもの学習等)	(月)～(金) (祝を除く) 午前8時30分～午後5時30分 せいかつ応援センター胎内市社協 ☎44・1511	
	労働・生活なんでも相談	(火)～(金) (祝を除く) 午前10時～午後4時 勤労者の皆さんのさまざまな悩みごとや相談をお受けします。 下越ライフサポートセンター (総合生協共済ショップ新発田2階事務所、新発田市本町1-1-6) ☎26・8388	
	年金ダイヤル	☎0570・05・1165 / ☎03・6700・1165	
	その他年金について	【農業者年金】農業委員会事務局 (内線1231) 【その他】市民生活課ほけん年金係 (内線1149)	

※予約の必要な面接相談の場合、予約の際に概要を聞き取らせていただく場合がありますのでご了承ください。

人口の動き 住民基本台帳8月31日現在	●人口	●男	●転入	●出生	●世帯数
	28,599人(前月比-44)	13,975人	28	7	10,809戸(前月比-7)
		●女	●転出	●死亡	
		14,624人	37	42	