



お知らせ版

2024
11.15
No.445

◆市ホームページ



◆市公式LINE



冬 in 中央公民館 フェスタ

12月14日(土)

午前の部 午前10時～正午

午後の部 午後1時30分～3時30分

～中央公民館からみなさんへ、ひと足早い「冬」をお届けします！～

クリスマスや正月など冬にちなんだ6つの楽しい体験教室を用意しました。

対象 ①～④の教室は小学1年生以上／⑤・⑥の教室はどなたでも

申込期間 11月19日(火)～12月3日(火) (土(日)祝は休館日)

受付時間 午前8時30分～午後5時15分

①～④の教室は事前申し込みが必要です。(定員になり次第締切)

⑤・⑥の教室は申し込み不要です。

申込 中央公民館 ☎43・2001



1 えと時計づくり

要申込

えとの絵を貼り付けて、時計を作ります。

対象：小学1年生以上
定員：各部15人
参加費：250円



2 モールツリーづくり

要申込

モールをねじって、ツリーを作ります。

対象：小学1年生以上
定員：各部15人
参加費：250円



3 かがみもちづくり

要申込

粘土でかがみもちを作ります。

対象：小学1年生以上
定員：各部15人
参加費：250円



4 スノーマンの小物入れづくり

要申込

毛糸を紙コップに編み込んで小物入れを作ります。

対象：小学1年生以上
定員：各部15人
参加費：100円



5 クリスマスオーナメントづくり

ペットボトルキャップで簡単なオーナメントを作ります。

対象：どなたでも
参加費：無料



6 まつぼっくりツリーづくり

まつぼっくりにビーズを飾りつけて小さいツリーを作ります。

対象：どなたでも
参加費：無料



マチイロ

アプリで広報紙の
配信をしています。





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 定 定員
- 持 持ち物 他 その他 郵 郵送先
- 申 申込方法・期間など 問 問合せ

募集



「おくやまのしょう50号」原稿募集

奥山荘の地域における歴史、経済、民族、文化、地理、動物、植物にまつわる原稿をお寄せください。ジャンルは随想、感想、研究、調査など幅広く募集します。50号という節目の会誌ですので多くの皆さまからの投稿をお待ちしています。

●原稿枚数：25字×19行で40枚以内
※中央公民館に専用原稿用紙を準備しています。

申 12月27日(金)まで
申 岡奥山荘郷土研究会事務局（中央公民館内） ☎ 43・2001

雪下ろし作業員の募集

市では、旧大長谷・鼓岡小学校区の高齢者世帯などを対象とした雪下ろし作業を行っていただける個人や団体を募集しています。

詳しくは、福祉介護課地域福祉係または生涯学習課社会教育係までご連絡ください。



所 旧大長谷・鼓岡小学校区

内 委託費…作業員1人につき17,000円（1日あたり）

期間…12月から令和7年3月まで

申・岡福祉介護課地域福祉係（内線1138）
生涯学習課社会教育係 ☎ 47・3403

有償除雪ボランティア登録者募集

自力で雪かきが困難な方への除雪ボランティア「ふくし雪のけサービス」にご協力いただける方を募集します。

事前にボランティア登録を行う必要がありますので、興味のある方は胎内市ボランティアセンターまでご連絡ください。

内 活動費…15分につき200円、以降15分ごとに200円を加算し活動費を支払います。

他 ボランティア保険（350円）の加入が必要です。

申・岡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
✉ borasen@tainai-syakyo.or.jp

洋上風力発電事業者による陸上工事に関する事業参画機会説明会

来年度から開始される予定の洋上風力発電事業の陸上工事に関して、市内事業者向けに発電事業者による説明会を開催します。

時 12月4日(水) 午後1時～

所 産業文化会館 2階会議室

対 送電線工事および変電所設備工事（下記の表に記載の工事）に関連する事業者

他 説明者：村上胎内洋上風力コンソーシアム 構成企業

申 事業所名、住所、連絡先、参加を希望する方の氏名（職名）を明記の上、12月2日(月)までにメールでお申し込みください。✉ kikaku@city.tainai.lg.jp

問 総合政策課企画政策係（内線1364、1362）

●対象工事

| 工事区分 | 大項目 | 中項目 | |
|---------|--------|------------|--------|
| 送電線工事 | 土木工事 | 道路工事 | |
| | | 管路・マンホール工事 | |
| | 仮設工事 | 仮設工事 | |
| | 電気工事 | 通信ケーブル工事 | |
| | その他 | その他 | |
| 変電所設置工事 | 調査工事 | 調査工事 | |
| | | 土木工事 | 敷地造成工事 |
| | | | 基礎工事 |
| | 仮設工事 | 外構工事 | |
| | 建築工事 | 仮設工事 | |
| | | 建築工事 | |
| | 電気工事 | 屋外設備工事 | |
| | | 管路工事 | |
| 掘付・配線工事 | | | |
| | 外構設備工事 | | |
| | 接地・雷工事 | | |
| その他 | その他 | | |

人物デッサン会の開催

時 12月1日(日)
午後1時30分～4時20分
所 中央公民館 洋室
¥ 一般：1,000円(高校生以下無料)
定 一般：20人程度、高校生以下：10人程度(保護者の同席も可能)
持 鉛筆、画用紙、画板(持っている方)
申 11月27日(水)まで
申・問 中央人物デッサン会(浮須)
☎ 43・2813
または、中央公民館 ☎ 43・2001

クリスマススイーツ料理教室

ご家庭で簡単にできるクリスマススイーツメニューです。
時 12月12日(日) 午前10時～正午
所 築地農村環境改善センター 調理実習室
対 市内在住・在勤の方
内 献立：クリスマスミルクレープ/ヨーグルトパフェ
講 食生活改善推進委員
¥ 3,000円(持ち帰り容器代込み)
※ 当日お支払いください。
定 10人(定員になり次第締切)
持 エプロン、三角巾、マスク、保冷バック
申 11月28日(木)まで
申・問 築地農村環境改善センター
☎ 45・3101

としよかんクリスマス会

クリスマス絵本の読み聞かせと工作(スノードーム風シヤカシヤカクリスマスカード)で楽しみましょう。プレゼントもありますよ。
時 12月7日(土) 午前10時～11時30分
所 胎内市図書館3階和室
対 未就学児から小学1、2年生までのお子さんとその保護者
定 8組(定員になり次第締切)
申 11月19日(火) (電話または図書館カウンターに直接申し込み)
申・問 胎内市図書館 ☎ 43・3700

ふれあい体験教室

「ミニクリスマスツリーづくり」

親子での体験教室です。クリスマスシーズンにぴったりのミニツリーを親子で一緒に作ってみませんか。
時 12月22日(日) 午前10時～11時30分
所 きのと交流館 多目的ホール
対 市内在住で就学前(3～6歳)のお子さんとその保護者
講 石山浩さん
¥ 1,500円
※ 当日徴収。お釣りのないようにご用意ください。
定 10組20人(定員になり次第締切)
申 申込期間：11月18日(月)～12月6日(金)(平日のみ受付)
申・問 生涯学習課 社会教育係
☎ 47・3404

婚活支援



冬恋♡ クリスマスパティー
美味しいフレンチランチ & フラワーワークショップ

時 12月15日(日) 11:30～15:00
所 フレンチレストラン 萌芽 (新発田市島潟 1454)
内 ・美味しいフレンチと楽しい時間! ドリンク&デザート付ランチ
・OLIOLI FLOWER さんのお花でかわいいフラワースタンドづくり
対 おおむね 22～39歳の独身男女 各20人 (胎内市・新発田市・聖籠町在住の新規の方優先)
¥ 男性 3,500円 女性 2,700円
申 11月30日(土)まで
申・問 (株)トアイリンクス ムループ事務局 (定住自立圏事業受託者) 電話または同社ホームページから事前申込
☎ 025・290・7606

新発田市・胎内市・聖籠町定住自立圏婚活支援事業
2024年 11.30(土)迄 申込受付
12月15日(日) 11:30～15:00
2024 12/15 11:30-15:00
会場: フレンチレストラン 萌芽 (新発田市島潟1454)
12.5(水) 男性参加向け 19:00-20:30 事前説明会
お電話またはWEBから ①氏名 ②年齢 ③性別 ④出生年月日 ⑤住所 ⑥職業 ⑦希望する交友圏(胎内市・新発田市・聖籠町) ⑧お問い合わせ先(TEL) ⑨お問い合わせ先(メール) ⑩お問い合わせ先(LINE) ⑪お問い合わせ先(Instagram) ⑫お問い合わせ先(Facebook) ⑬お問い合わせ先(Twitter) ⑭お問い合わせ先(YouTube) ⑮お問い合わせ先(その他) ⑯お問い合わせ先(その他) ⑰お問い合わせ先(その他) ⑱お問い合わせ先(その他) ⑲お問い合わせ先(その他) ⑳お問い合わせ先(その他) ㉑お問い合わせ先(その他) ㉒お問い合わせ先(その他) ㉓お問い合わせ先(その他) ㉔お問い合わせ先(その他) ㉕お問い合わせ先(その他) ㉖お問い合わせ先(その他) ㉗お問い合わせ先(その他) ㉘お問い合わせ先(その他) ㉙お問い合わせ先(その他) ㉚お問い合わせ先(その他) ㉛お問い合わせ先(その他) ㉜お問い合わせ先(その他) ㉝お問い合わせ先(その他) ㉞お問い合わせ先(その他) ㉟お問い合わせ先(その他) ㊱お問い合わせ先(その他) ㊲お問い合わせ先(その他) ㊳お問い合わせ先(その他) ㊴お問い合わせ先(その他) ㊵お問い合わせ先(その他) ㊶お問い合わせ先(その他) ㊷お問い合わせ先(その他) ㊸お問い合わせ先(その他) ㊹お問い合わせ先(その他) ㊺お問い合わせ先(その他) ㊻お問い合わせ先(その他) ㊼お問い合わせ先(その他) ㊽お問い合わせ先(その他) ㊾お問い合わせ先(その他) ㊿お問い合わせ先(その他)



◀ 詳細・申込はこちら
(<https://www.mulove.jp>)



総務省 デジタル活用支援推進事業

スマートフォン教室の参加者募集



総務省の事業として、高齢者をはじめとした市民のデジタル活用を支援するため、参加費無料のスマートフォン教室を開催します。スマートフォンをお持ちでない方（現在、購入検討中の方）も参加可能です。お気軽にご参加ください。

| 場所 | 開催 | 時間 | 講座内容 |
|--------------|----------|-------------|--|
| にこ楽・胎内 | 12/13(金) | 13:30~14:30 | インターネットを使ってみよう |
| | | 14:45~15:45 | マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう 公金受取口座の登録をしよう |
| 黒川地区公民館 | 12/16(月) | 13:30~14:30 | インターネットを使ってみよう |
| | | 14:45~15:45 | マイナポータルを活用しよう |
| 築地農村環境改善センター | 12/17(火) | 13:30~14:30 | 新しくアプリをインストールしよう |
| | | 14:45~15:45 | マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう 公金受取口座の登録をしよう |
| きのと交流館 | 12/19(木) | 13:30~14:30 | 新しくアプリをインストールしよう |
| | | 14:45~15:45 | マイナポータルを活用しよう |
| 中央公民館 | 12/24(火) | 13:30~14:30 | インターネットを使ってみよう |
| | | 14:45~15:45 | マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう 公金受取口座の登録をしよう |

対ご利用の携帯電話会社問わず、どなたでも参加できます。 **定**各回先着 8 人（講座単位で参加可能）
持スマートフォン **料**無料（スマートフォン利用時のパケット通信料は受講者様負担となります）
日11月29日(金)までに築地農村環境改善センター ☎ 45・3101 にお申し込みください。
問総合政策課広報情報推進係（内線 1365）※総合政策課は内容の問い合わせのみとなります。

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

相談



24時間DV・セクハラ ホットライン

DVや虐待、セクハラ・パワハラ、いじめ等で悩んでいる女性や子どもたちのための相談・支援を行います。ひとりで悩まず、ご相談ください。

※12月11日(水)正午～12日(木)正午

※24時間、相談を受け付けます。

▼相談ダイヤル

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

☎ 025・201・4557

☎ 025・201・4556

新潟県立図書館電子書籍体験会

新潟県立図書館が無料で提供する電子書籍サービスを体験してみませんか？体験用にタブレットをご用意しています。

時 11月24日(日) 10:30~13:00
14:00~15:30

所胎内市図書館 **料**無料 **申**込不要

胎内市図書館 × 県立図書館
11/24 (日)
10:30~13:00
14:00~15:30

電子書籍体験会

会場：胎内市図書館

無料
申込不要



主催：新潟県立図書館
TEL:025-284-6001 新潟市中央区安池町 3-1-2

☎ 025・284・6001

12月4日～10日は人権週間

人権週間に合わせて特設人権相談所の開設と、パネル展を行います。

◆特設人権相談所

時 12月2日(月)午前10時～正午

所中央公民館

内相談内容：相続、離婚、親子間等の家庭の問題、近隣問題、いじめやいざがらせなどの心配ごと等

問新潟県地方事務局新発田支局

☎ 24・7102

☎ 24・7102

◆パネル展

時 12月4日(水)～10日(火)

所市役所1階ロビー

内市内小中学校の人権に関する取り組み

問総務課人権啓発係（内線1315）

令和6年分決算・消費税等説明会の開催

☎新発田税務署個人課税第一部門
☎22・3162

新発田税務署では、事業や農業所得のある方や消費税の申告が必要となる方を対象に、青色申告会の協力を得て令和6年分決算・消費税等説明会を開催します。所得税および消費税の決算の仕方や決算書・収支内訳書の作成方法や作成に当たっての注意点などを説明します。

| 対象 | 開催日 | 開催時間 | 会場 |
|----------------|----------|---------------|---|
| 農業所得関係 (青色申告者) | 12月3日(火) | 午前10時～正午 | 阿賀野市水原保健センター 2階研修室 (阿賀野市岡山町10-15) |
| 事業所得関係 (青色申告者) | | 午後1時30分～3時30分 | |
| 農業所得関係 (青色申告者) | 12月4日(水) | 午前10時～正午 | 新発田市生涯学習センター 多目的ホール (新発田市中央町5-8-47) |
| 事業所得関係 (青色申告者) | | 午後1時30分～3時30分 | |
| 農業所得関係 (白色申告者) | 12月5日(木) | 午前10時～正午 | |
| 事業所得関係 (白色申告者) | | 午後1時30分～3時30分 | |
| 消費税課税事業者等 | 12月6日(金) | 午前10時～正午 | |
| | | 午後1時30分～3時30分 | |

講 関東信越税理士会新発田支部から派遣の税理士、新発田税務署記帳指導担当者

他 説明会で使用する資料は、会場で配付します。事前の予約は必要ありませんので、説明会開始の時間までに直接会場にお越しください。会場の駐車場は台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。開催会場への直接のお問い合わせは、ご遠慮ください。

お知らせ



胎内市教育委員会委員の任命

教育委員会は、教育行政の基本方針や重要施策を決定する独立した機関で、その委員は、教育・文化に関して見識がある方を地方公共団体の長が議会の同意を得て任命します。

9月9日の第3回胎内市議会定例会において、令和2年から教育委員会委員をされている佐藤康広氏(山王)を教育委員会委員に任命することに同意いただき再任されました。

佐藤委員の任期は、令和10年11月4日までの4年間です。

☎ 学校教育課庶務係(内線2317)

虹色カフェたいない (認知症カフェ)

認知症について、認知症の人やそのご家族、地域の皆さんが介護や福祉などの専門家と共に、知る・学ぶ・考えることができ、誰でも気軽に集える場です。

★今月のテーマは「人生会議」もしバナゲーム体験」

時 11月22日(金) 午後1時～3時(午後1時～準備、午後1時30分～講話)
所 ほっとHOT・中条 手口八丁の間(2階和室)

¥100円(お茶代)

申 申込不要・出入り自由

他 介護や福祉などの相談コーナーもあります。

☎ 福祉介護課健康長寿推進係

(内線1134)

☎ 地域包括支援センターやまぼうし

47・2115

令和6年 第4回定例議会日程

議会は、市民の暮らしに深く関係のある大切な会議です。お気軽に傍聴してみませんか。

時・内 全日程：午前10時～

《12月》

- 3日(火) 本会議(初日)
- 10日(火) 総務文教常任委員会
- 11日(水) 厚生環境常任委員会
- 12日(木) まちづくり常任委員会
- 17日(火) 本会議(一般質問)
- 18日(水) 本会議(一般質問)
- 20日(金) 本会議(最終日)

※ 議会日程は、変更になる場合があります。

他 本会議中継は、市ホームページからインターネット配信を視聴できるほか、市役所1階ロビー、産業文化会館でもご覧いただけます。



インターネット配信はこちら

本会議を傍聴される場合は、本庁舎5階まで、各委員会を傍聴される場合は、本庁舎4階までお越しください。

☎ 議会事務局議事係(内線1411)

マイナンバーカードと健康保険証の一体化について

12月2日(月)以降、健康保険証として利用登録されたマイナンバーカード（マイナ保険証）を基本とする仕組みに代わることから、現行の「国民健康保険被保険者証」「後期高齢者医療保険被保険者証」は新たに発行されなくなります。

現在お持ちの保険証について

12月1日(日)時点でお持ちの健康保険証については、有効期限（最長で令和7年7月31日）まで引き続き利用することができます。

健康保険証の有効期限が切れた後について

| | 国民健康保険 | 後期高齢者医療保険 |
|--------------|--|-----------|
| マイナ保険証 なし | ○健康保険証の有効期限前に「資格確認書 ^{*1} 」を送付します。 | |
| マイナ保険証 あり | ○マイナ保険証をご利用ください。 ○健康保険証の有効期限前に「資格情報のお知らせ ^{*2} 」を送付します。 | |

※1 健康保険証の代わりに医療機関へ提示するものです。

※2 ご自身の被保険者情報が確認できるものです。医療機関でマイナ保険証が利用できない場合に、「マイナ保険証」と一緒に提示してください。

マイナンバーカードを使うメリットについて

- 紙の保険証より医療費が20円節約でき、自己負担額も低くなります。
- 「限度額適用認定証」の手続きをすることなく、高額療養費の支払いは、限度額までとなります。
- 過去のお薬情報や健康診断の結果が見られるようになるため、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることができるなど、よりよい医療を受けることができます。
- マイナポータルで確定申告時に医療費控除が簡単にできます。

国民健康保険の加入・脱退の手続きについて

引き続き切り替えの手続きは**必要**です。

マイナンバーカードの保険証利用登録の解除について

希望する場合は、申請をすることで解除できるようになりました。
手続きの詳細については、係までお問い合わせください。

◎問合せ

市民生活課ほけん年金係 ☎ 43・6111（内線1148）

健康づくり課からのお知らせ

◎申請・問合せ 健康づくり課（ほっとHOT・中条内） ☎ 44・8680

元気・生きがい・ふれあい
保健福祉施設 ほっとHOT・中条

子育て世代包括支援センター すくすく です！

「11月は秋のこどもまんなか月間です」

こども家庭庁では、こどもや子育て世帯を社会全体で応援する環境をつくるために、毎年11月を「秋のこどもまんなか月間」と定め、児童虐待防止の啓発活動を行っています。

こども基本法では、すべてのこどもが将来にわたって幸せな生活を送ることができる社会の実現

を目指しています。こどもの権利を侵害することは、親であっても許されません。しかし、「しつけのためならこどもをたたくことはやむを得ない」という意識が今も根強くあります。体罰だけでなく暴言などでこどもの心を傷つける行為は法律で禁止されています。

こういう行為も虐待に含まれます

こどもへの暴言・暴力



ネグレクト
(育児放棄)



こどもの前で夫婦げんか



こどもを車に置き去り



子育て中は、育児疲れや子育ての不安からストレスを抱えやすくなります。そんな時は、家族や周囲の人に気持ちを打ち明けたり、下記のセンターや児童相談所などの専門機関で子育ての悩みを相談することも大切です。



「もしかして」あなたが救う 小さな手
虐待かもと思ったら いち はや く
児童相談所 全国共通 3桁ダイヤル 189
※一部のIP電話からはつながりません。※通話料がかかります。
お住まいの地域の児童相談所につながります。
連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

子育て世代包括支援センター すくすく

健康づくり課子育て応援係 胎内市西本町11番11号 ほっとHOT・中条
午前8時30分～午後5時（土・日・祝を除く）

◆育児相談窓口：☎ 44・8680

◆児童虐待相談直通：☎ 43・0304（または 児童相談所全国共通ダイヤル☎ 189 ※24時間つながります）

※電話、来所での相談に応じます。相談した方の秘密は固く守られます。



いつでも
ご相談ください

12月の元気づくりプログラム

元気づくりプログラムとは…

人とのふれあいや、活動を通して元気になることを目的に、市民の健康づくりボランティア『元気ふれあい広め隊（通称：GFH）』が企画し、市と協働で進めている取り組みです。あなたも一緒に楽しく活動しませんか。（健康スタンプ王国対象事業です。）



| 日 | 曜日 | 時間 | プログラム | 場所 | 内容 |
|----|----|---------------------------|-----------------|-----------|---|
| 2 | 月 | 9:30～11:00 | 育ちの森公園づくり | ほっとHOT・中条 | ほっとHOT・中条にクリスマスの飾りつけをします。 |
| | | 13:30～15:00 | きらら四季の飾り | | きらら冬の飾りを作ります。初めての方大歓迎です。 |
| 9 | 月 | 10:00～11:00 (受付 9:45～) | HOT ふれあい健康脳活クラブ | ふれすぽ胎内 | 室内ウォーキングを行います。運動靴と十分な飲み物、利用料（64歳以下100円、65歳以上50円）をお持ちください。 |
| 11 | 水 | 13:30～15:00 | きらら四季の飾り | ほっとHOT・中条 | きらら冬の飾り作り2回目です。 |
| 12 | 木 | 9:30～11:30 | ふれあいキルト | | 手芸を通してふれあいませんか。ご自分で道具をお持ちください。 |
| 23 | 月 | 9:30～11:00 | きらら四季の飾り | | きらら冬の飾りつけを一緒に楽しみましょう！ |

※表のプログラムは、申し込み不要です。

こころの健康相談会（相談無料・秘密厳守）

- 日時：12月19日(木) 午後2時～4時
- 場所：ほっとHOT・中条
- 対象：市民および市内に勤務されている方（原則として、精神科での治療を受けていない方）
- 相談内容：精神科医師による相談（要予約：定員3組）
(眠れない、気分が落ち込むなどのこころの健康に関する相談ができます。)
- 相談時間：お一人あたり30分程度（ご本人でなくても、ご家族からの相談も可能）
- 予約期間：11月18日(月)～12月6日(金)
- 予約・問合せ：電話（44・8680）またはQRコード ▶



弁護士による B 型肝炎特措法無料相談会（個人情報厳守）

- 日 時：12月14日(土) 午後1時30分～4時（受付：午後3時まで）
- 場 所：産業文化会館 会議室
- 内 容：集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による相談会
- 問合せ：☎025・223・1130（全国B型肝炎訴訟新潟事務所）
※事前予約優先。当日会場での申込み可。

献血会場の時間とお知らせ

現在、血液が大変不足しております。献血は、一人ひとりの善意によって支えられています。ぜひ大勢の皆様にご協力いただけますようお願いいたします。

| 日 程 | 受付時間 | 会 場 |
|----------|---------------------------|----------------|
| 12月2日(月) | 9:30～11:30 13:00～16:00 | 胎内市役所 1階 |
| 12日(木) | 9:30～11:30 | 北新潟農業協同組合 胎内支店 |



- 問合せ ほっとHOT・中条 健康づくり課 ☎44・8680

ながら運動講座

◎ 問合せ 健康づくり課 ☎44・8680
市民生活課生活環境係 ☎43・6111(内線：1151)

運動しようと思っても、忙しくて、続けられない。楽しくないとやる気になれない。雨が降ると…雪が降ったら…熊が出るから…散歩できない!!胎内市ではそんな言いワケで運動から離れている方も…

ちょっと意識を変えるだけで、日常生活がそのまま運動になる。

仕事し“ながら”、生活し“ながら”、ごみ拾いし“ながら”どんな人の日常にもムリなく楽しくフィットする、超カンタン&ユニークなエクササイズの「ながら運動講座」です。「ながら運動」で、あなたも、この冬の運動不足の解消を試してみませんか!!

- 日 時：12月18日(水) 午後2時～2時50分
- 場 所：産業文化会館（胎内市新和町2-5）
- 講 師：ながら運動認定講師 吉本芸人 サバンナ八木さん
- 申込み：QRコードで申請か「入場整理券」を健康づくり課
または、市民生活課生活環境係に取りに来てください。
- 主 催：胎内市住みよい郷土づくり協議会

ながら運動認定講師
吉本芸人
サバンナ八木さん



▲ QRコード



【一般書】

『なぜ罪に問われた人を支援するのか?』

掛川直之 編著
旬報社 (210ページ)

犯罪「加害者」への支援、と聞いて思うところがある方は多いかもしれませんが。犯罪に関わった当事者とその支援者たちへのインタビューを通して、司法の在り方や加害者が犯罪行為を手放すための方法を考えていきます。



【児童書】

『熊の家族物語』

土屋竹詩 文/やまぐちまさじ 絵
文芸社 (31ページ)

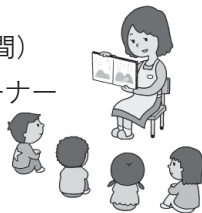
この年、山の木の実はほとんど実りませんでした。親熊は子熊たちのために、人里の食べものを「わけてもらいにきた」のですが…。熊の生活と人の生活。どっちも守ることって、難しいのでしょうか？

■おはなしこずす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》12月14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



◆胎内市図書館 貸出・予約ベスト3 (9月16日～10月15日集計)

貸出

- 1位『風に立つ』(柚木 裕子 著)
- 2位『老いの深み』(黒川 千次 著)
- 3位『赤と青のガウン』(彬子女王 著)

予約

- 1位『京都ものがたりの道』(彬子女王 著)
- 2位『迷惑な終活』(内館 牧子 著)
- 3位『母親からの小包はなぜこんなにダサイのか』(原田 ひ香 著)

| 図書館の開館日 | 施設名・連絡先 | 開館日 | 開館時間 | 12月中旬までの休館日 | その他 |
|------------------------------|---------|-------------|------------------|---------------------------------|---|
| 胎内市図書館 ☎43・3700 | | (火)～(金) | 9:00～19:00 | 11月23日(土)祝、 11月30日(土)(月末休館日) | ◆貸出し期間・冊数 2週間・1人5冊まで ◆胎内市図書館が閉まっているときは、入り口脇のブックポストに返却本を入れてください。 |
| | | (土)・(日)・(月) | 9:00～17:00 | | |
| 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〕

仕事などで日中來庁できない方は、ご利用ください。

- 対象窓口 市民生活課(1階1番窓口)、税務課(1階10番窓口)

- ▼市民生活課対象業務：戸籍謄抄本、印鑑証明、住民票の写しなどの各種証明書の交付、印鑑登録、マイナンバーカードの交付・申請・更新
- ☎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。
- ☎税務課市民税係 (内線1122、11208)

- ※転入、転出、転居などの住所異動、戸籍に関する相談、税申告や納税相談は受付できません。
- ※時間外での戸籍の届出は、市役所警備員室でお預かりしていただきます。

- 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。マイナンバーカード、免許証、パスポート、保険証、年金手帳などのいずれかを提示してください。

〔鼓岡郵便局、大長谷郵便局のみ〕
郵便局で各種証明書を
取得できます

※取得は来局者(本人の記載された証明書に限ります。(但し、住民票の写しについては同一の世帯に属する者も含みます)

時午前9時～午後5時(土)(日)・年末年始を除く

- 取扱証明書：戸籍謄抄本、戸籍附票および住民票の写し、印鑑登録証明書、各種税証明書、固定資産の証明書

- 本人確認書類：マイナンバーカード・運転免許証・パスポート・身体障害者手帳・在留カード・健康保険証等の公的な本人確認書類

☎市民生活課市民係(内線1145)、税務課市民税係(内線1122)

市税の納期限 12月2日(月)

固定資産税 4期
国民健康保険税 5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)



| 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 | 開催日 | 受付時間 | 対象 | |
| パパママ学級（前期・後期） | 前期 12月24日(火) | 9:15～ 9:25 | 令和7年4・5・6月出産予定の方とそのパートナー | |
| | 後期 | 12月の開催はありません | | |
| 4か月児健診 | 12月10日(火) | 13:00～13:10 | 令和6年7月生まれの子 | |
| 育児教室 | 12月 6日(金) | 9:15～ 9:25 | 令和6年6・7月生まれの子 | |
| 7か月児健診 | 12月10日(火) | 13:10～13:20 | 令和6年4月生まれの子 | |
| 1歳6か月児健診 | 12月 5日(木) | 13:00～13:15 | 令和5年4月生まれの子 | |
| 3歳児健診 | 12月20日(金) | 13:00～13:30 | 令和3年10月1日～25日生まれの子 | |

| 歯科健診 | | ※健康づくり課 ☎44・8680 | | |
|-----------|--------------|------------------|----------------|--|
| 健診名 | 開催日 | 受付時間 | 対象 | |
| 1歳児親子歯科健診 | 12月の開催はありません | | | |
| 2歳児歯科健診 | 12月25日(火) | 13:00～13:40 | 令和4年9・10月生まれの子 | |

| 0歳児限定「ぴよぴよ広場」 | | ※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 | 12月18日(火) | 10:00～11:00 | 対象：0歳児のお子さんとそのお母さん 内容：ふれあい遊び、育児相談ほか ※事前の申し込みが必要です。 申込期間：11月18日(月)～12月16日(月) | |


| 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 | 開放日 | 開放時間 | 連絡先 | |
| ふたば保育園（すくすくらんど） | 12月 4日(火) | 10:00～11:15 | 新和町2-57 ☎43・5225 | |
| まごころ保育園たいない（にこにこひろば） | 12月12日(木) | 10:00～11:00 | 加賀新251 ☎20・8585 | |
| まごころ保育園ひので（おひさまひろば） | 12月10日(火) | 10:00～11:00 | 大川町15-59 ☎43・2509 | |

| 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10:00～17:00 西本町11-11 ☎44・8680 | |
| | 土・日・祝 | 10:00～14:30 | 12月29日(日)～令和7年1月3日(金)は休み | |
| 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 12月28日(土)～令和7年1月6日(月)は休み | |
| 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 12月27日(金)～令和7年1月6日(月)は休み | |
| 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 12月28日(土)～令和7年1月5日(日)は休み | |
| 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 12月28日(土)～令和7年1月5日(日)は休み | |
| 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 西条町9-46 ☎43・3650 12月26日(木)～令和7年1月6日(月)は休み | |
| 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 12月28日(土)～令和7年1月6日(月)は休み | |



| 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 | 12月 1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 |
| | 12月 8日(日) | 鈴木 雄 | | | 土 | 18:30～21:00 |
| | 12月15日(日) | 鈴木 薫 | | | 日・祝 | 9:00～11:30 13:30～16:30 18:30～21:00 |
| | 12月22日(日) | 渡邊 順 | | | | |
| | 12月29日(日) | 花野伸一 | | | | |

相談コーナー

| 内容 | 開催日 | 時間 | 場所・問合せ |
|---|---|--------------------------|--|
| 福祉まるごと相談 | (月)～(金) (祝を除く) | 8時30分～17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) | 9時～17時 | 福祉介護課健康長寿推進係 (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 地域包括支援センターちゅーりっぷ苑 (デイホームさくら内) ☎28・0022 |
| 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) | 8時30分～17時30分 | 障がい者基幹相談支援センターたいない ☎28・7783 社会福祉法人胎内市社会福祉協議会 ☎44・8682 相談支援事業所 deed(ディードゥ) ☎28・7210 |
| 健康なんでも相談 計測を希望する方はバスタオルをご持参ください。 | 12月5日(木) 19日(木) | 9時～11時 | 健康づくり課(ほっとHOT・中条内) ☎44・8680 |
| こころの相談電話 | 年中無休 | 24時間対応 | 新潟いのちの電話 ☎025・288・4343 新潟県こころの相談ダイヤル ☎0570・783・025 |
| 法テラス法律相談 (経済的に余裕のない方を対象) | (月)～(金) (祝を除く) (予約制) | 9時～17時 | 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 (不動産登記、相続、債務整理等) | 12月12日(木) (予約制) | 13時30分～16時30分 | 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1256) |
| 消費生活相談 (悪徳商法、契約トラブル等) | (月)～(金) (祝を除く) | 10時～16時 | 相談員が対応します。 ☎商工観光課商工振興係(内線1256) |
| 弁護士による無料法律相談 予約開始:12月2日(月)8時30分～ 予約制:先着5人 | 12月19日(木) | 13時30分～16時 | 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) |
| 教育相談 専任相談員担当:(月)・(水)・(金) (土)は予約相談を受け付けます。 | (月)～(金) (祝を除く) | 9時～16時 | 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) | 8時30分～17時 | 健康づくり課子育て応援係 (ほっとHOT・中条内) ☎43・0304 |
| ボランティアに関する相談 | (月)～(金) (祝を除く) | 8時30分～17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(火) | 9時～11時30分 | 中央公民館2階A集会室(相談員:須貝) ☎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) (予約制) 毎月第4(金)午後 | 10時～17時 13時30分～16時30分 | (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 |
| 居場所「ミンナのCasa」 (ひきこもり支援、学用品バンク) | 毎月第1・3・5(日) | 14時～16時 | ミンナのCasa(新栄町1-20) LINEでの個別相談も可能です▶  |
| 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) | 8時30分～17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 | (月)～(金) (祝を除く) | 10時～16時 | 新潟県ライフサポートセンター ☎0258・86・8898 |
| 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。
※相談日時につきましては、調整できる場合がございます。まずは、お電話にてご相談ください。

| | | | | | |
|-------------------------|-----------------|---------|-----|-----|----------------|
| 人口の動き 住民基本台帳10月31日現在 | ◆人口 | ◆男 | ◆転入 | ◆出生 | ◆世帯数 |
| | 26,893人(前月比-33) | 13,226人 | 49 | 13 | 10,946戸(前月比±0) |
| | | ◆女 | ◆転出 | ◆死亡 | |
| | | 13,667人 | 63 | 32 | |