



## 縄跳びで育む チャレンジ精神!!

小友小学校で恒例の「縄跳びチャレンジ集会」が、2月8日から10日にかけて行われました。同校の体育館では寒さに負けず、さまざまな跳び方に挑戦する児童たちの姿が見られました。(記事3頁・写真は2月8日)

## 《第112回》 猫の手のような心地よさを

本荘地域 ほぐし処 猫の手

《桜小路27-1 ☎050-8883-0660》



「余計なことは考えずに、ただただリラックスしてほしい」と話す石渡さん

■あらまし  
約8年前、病気を患い「手足が冷えてつらい」と話す祖父のことを思い、自分にも何かできることがないかと考え、リラクゼーションのセラピストとしての技術を身につけることを決意。秋田市や本市のリラクゼーションサロンをいくつか渡り歩き、専門の知識と技術、個人事業主として起業するためのスキルなどを学ぶ。そして令和3年9月、念願

セフピストの石渡佐希子さん(38歳)にお話を伺いました。



笑売繁盛!!

このコーナーでは、市商工会に加盟している市内各地域の「人気のお店」「頑張る会社」を紹介しています。今回は、本荘地域の「ほぐし処 猫の手」です。



施術はオールハンドで行い、利用客は1日平均2~3人(写真はボディケア)



和モダンテイストで落ち着いた雰囲気の内と施術台

■施術コース  
頭から足先までタオルの上から全身をほぐしていく「ボディケア」、膝周辺から「フットケア」、首から胸上にかけての疲れだまりをほぐしていく「リンパドレナーージュ」の全3コースがあり、それぞれのコースを組み合わせても可能。中でも1番人気はボディケアで、要望に応じてコースにはな

だった開業を果たした。客層は60代から80代を中心に、下は10代くらいまで。男女比は約半々で、サロンでの施術以外に、訪問での施術にも対応する。



冷えやむくみなどによる疲れだまりをほぐすリンパドレナーージュ(写真はHPより)



主に足裏の反射区を施術していくフットケア



Instagram やってます (nekono\_te0913) NEKONO.TE0913



好みに合わせてコースなどの自由な組み合わせが可能写真はInstagramより

■よろこび  
以前のお店で常連だった方が「やっぱり石渡さんじゃなきゃだめ」と、わざわざここを探して来てくれたこと。他店の迷惑にならないよう個別の宣伝はしていなかったため、すごくうれしかった。

「ヘッドケア」「ストレッチ」を組み込むこともできる。フットケアには緑茶成分配合の、リンパドレナーージュにはうるおい成分配合のクリームを使用する。

**ほぐし処 猫の手**

○営業時間  
13:00~23:00  
(最終受付:21:30)

○定休日  
木曜、第1・3水曜

読者プレゼントの内容を相談すると「予約のとき『広報見た』と言うだけで皆さん500円値引きします」と答える太っ腹な石渡さん。その豪快かつ明るく気さくな人柄が、当サロンのリピート率の高さにつながっていると感じました。

笑売繁盛 今回はクイズに応募しなくても読者全員にプレゼント!

広報クイズ

※個人情報は記載内容の確認のために使用し、この目的以外には使用しません。

「ほぐし処 猫の手」のホームページは▼こちらから▼

Q1 軽自動車税(種別割)はいつ時点の所有者に課税される?  
1. 3月31日  
2. 4月1日  
3. 取得した日

Q2 国保に加入するときの手続きで必要なものは?  
1. 健康保険資格喪失証明書  
2. 健康保険資格取得証明書  
3. 職場の健康保険証

住所・氏名・年齢  
電話番号  
クイズの答え  
おたより

〒015-8501 尾崎17  
「広報課」係  
「広報クイズ」係

ご予約はお電話にて

## 令和3年度市スポーツ賞 7団体・26個人を表彰

長年にわたり市のスポーツ振興に功績のあった方や、各種大会で輝かしい成績を取った選手や団体の栄光をたたえる市スポーツ賞が、本年度は7団体、26個人に贈られました。

受賞者は各競技や地域団体からの推薦を受け、市スポーツ協会の選考委員会を経て決定されました。受賞者の皆さん、おめでとうございます。

### 受賞者【敬称略】

**特別功労賞**  
工藤兼雄（柔道）▽本荘由利柔道有段者連盟

### 功労賞

粉山芳雄（バレーボール）▽本荘由利バレーボール協会  
石綿喜代隆（スキー）▽本荘由利スキークラブ協議会

### 有功賞

佐藤勝（卓球）▽由利本荘市卓球協会

### 特別栄光賞

小野祐佳（カヌー）▽秋田県スポーツ協会

### 栄光賞（個人）

五十嵐のどか（ボート）▽立教大4年

吉野岳斗（ボート）▽仙台大3年

五十嵐いづみ（ボート）▽立教大3年

遠藤杏輝（ソフトボール）▽I.P.U.環太平洋大3年

山田雄恒（ボート）▽立教大1年

齊藤菜（野球）▽開志学園高3年

土田剛士（剣道）▽矢島中3年

### 栄光賞（団体）

本荘高等学校校端艇部 女子  
由利高等学校校ボート部 男子

### 奨励賞（個人）

中村彩花（柔道）▽本荘高3年  
今野時友（柔道）▽本荘高1年  
小野利那（柔道）▽本荘東中3年  
三浦史人（弓道）▽本荘東中2年  
土田莉暖（卓球）▽新山小2年  
佐々木陽叶（柔道）▽小友小6年

### 奨励賞（団体）

本荘高等学校校端艇部 男子  
本荘南中学校卓球部 男子  
本荘東中学校野球部  
新山ミニバスケットボールスポーツ少年団 男子  
石沢ミニバスケットボールスポーツ少年団 女子  
生涯スポーツ奨励賞（個人）  
佐藤廣士（ゲートボール）▽由利地区ゲートボール協会

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市スポーツ協会主催の表彰式は中止となりました。



## 冬期間の体力づくりに 小友小、みんなで縄跳びジャンプ

小友小学校では2月8日から10日にかけて縄跳びチャレンジ集会が行われ、寒い体育館の中に児童たちの元気な声が響き渡りました。この集会は児童たちの冬



期間の体力づくりと共に、挑戦する意欲を養おうと毎年実施しており、縄跳びのさまざまな跳び方に挑戦しながら跳ぶ回数を競います。

集会は前跳びから始まり、後半になると後ろあや跳びや二重跳びといった難易度の高い技に挑戦する児童もおり、他の児童たちから「がんばれ」と声援が送られる中、この日のために体



育の授業などで重ねた練習の成果を披露していました。岡本和佳奈さん（2年）は「片足跳びを頑張って68回できました。次はもっと跳べるようになりたいです」と話していました。

## サイコロ振ってジオパーク巡り 矢島高校生が鳥海山・飛鳥ジオパークすごろくを制作

矢島高校の生徒が制作した「鳥海山・飛鳥ジオパークすごろく」が、2月14日に教育委員会に寄贈されました。このすごろくは同校の地域創造コースの生徒がジオパークの魅力を知ってもらいたいと制作したもので、升目には「鳥海修験」の歴史を知ったよ」など簡単な説明文によりジオパークについて学べるほか「木の根っこを踏んで傷つけた」などと書かれた升目もあり、ジオパークを巡る際

のマナーや注意点も学べる作りになっています。安藤由香さん（3年）は「地元のジオパークについて友達や家族と楽しみながら学んでほしいです」と話しました。すごろくは市内の小学1年生全員に配布されます。



すごろくを手にする秋山教育長（左）、矢島高校の生徒らと土倉学校教育課長（一番右）



制作されたすごろく

## Yurihonjo City Topics

### 両市長がオンライン対談 いわき市との親子都市盟約が35周年を迎えました。



←オンライン対談を行う湊市長（右）と内田市長

岩城町と福島県いわき市は昭和61年に親子都市の盟約を締結し、本年度で35周年を迎えました。合併後も「旧藩祭」といわき市の「いわきおどり」の相互訪問や、両市の中学生交流を行っています。当初は記念式典の開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により中止し、代替として2月7日にいわき市・内田広之市長と湊市長がオンライン対談を行いました。対談では、新たな事業の実施検討も含め、今後もさらに交流を深めていくことを約束しました。

### 市民の方より寄附金 子ども用車いす購入などに活用



（左から）ポッチャ用ボールセット、CD作成用端末、子ども用車いす

このたび、中村東一さん（74歳・岩城福俣）より、障がい者福祉事業に役立ててほしいとのことのお氣持をいただきました。これらは福祉支援課（鶴舞会館内）に備えてあります。ありがとうございました。

## 市長のつぶやき日記 市長の湊です。私のSNSに投稿した内容の一部をお伝えします。

### 2月2日(水)投稿 由利本荘美術展



1月29日から2月2日までカダーレで開催された由利本荘美術展、終了間際に駆け込みで見学させていただきました。新型コロナウイルスの影響で制限される中、作品の制作や出品をいただき感謝です。さすが選ばれた作品であり、どれも見事です！

### 1月31日(月)投稿 デジタル化推進本部会議



庁内に新たに立ち上げたデジタル化推進本部会議を開催しました。市民サービス向上と業務効率化を図るため、「デジタル化」を推進します。マイナンバーカード取得も大きな鍵となりますが、アフターコロナも見据え非接触や無人化、情報の受発信にも積極的に取り組みます。

## 災害時の福祉避難所に ゆり支援学校と協定締結



協定書を手にする高橋校長（左）と湊市長（右）

本市と県立ゆり支援学校（高橋校長）が「災害時における福祉避難所の設置運営等に関する協定」を締結しました。この協定は、災害発生時に要配慮者を受け入れる福祉避難所として、同校を指定するもので、受け入れ対象者を在校生や卒業生などに特定することにより、対象者が直接避難できません。また、指定避難所や指定緊急避難場所としての指定も併せて行うため、

周辺住民の避難先としても活用できます。協定締結式は2月4日に市役所で行われ、高橋校長は「障がいを持つ子どもたちや、その保護者の避難所生活に対する不安をいくらかでも解消できれば。そして今後は、福祉エリア全体での避難所計画も考えていかなければと思います」と話しました。

## Yurihonjo City Topics



協定書を手にする知見秋田支社長（左）と湊市長（右）

## 連携して市民の健康増進を 明治安田生命保険相互会社と協定締結

本市と明治安田生命保険相互会社が「健康増進に関する連携協定」を締結しました。同社は平成29年に県との包括連携協定を始め、県内の市町村とも健康増進を目的とした協定を締結しており、本市が7例目となります。この協定は、同社が所有する健康測定器を借用できるほか、顧客を訪問した際に市が作成した検診や健康増進に関するパンフレットの配布やアンケートの実施など、お互いが連携し市民への情報発信と集約を可能としたものです。

協定締結式は2月4日に市役所で行われ、同社の知見将彦秋田支社長は「市と協力することで大きな相乗効果を期待しています。この協定が市民の皆さんに広く認知され、健康や地域の活性化につながるよう、従業員一同汗を流してまいります」と話しました。今後は共同でのパンフレット作成やイベントの共催も検討されています。

## ◆「市長の行動」報告（1月分）

1月4日(火)	仕事始め訓辞 新春商工パーティー
6日(木)	あきた総合家畜市場初競り 鮎川地区行政懇談会・懇親会
8日(土)	市成人式（令和2年度対象者）
9日(日)	市成人式（令和3年度対象者）
13日(木)	新型コロナウイルス感染症対策に係る市対策本部会議
15日(土)	Wリーグ由利本荘大会
17日(月)	新型コロナウイルス感染症対策に係る市対策本部会議 行政相談委員総務大臣表彰 表彰式
18日(火)	市青少年問題協議会 由利地域 行政協力員会議
19日(水)	備蓄用防災スーツ寄附贈呈式（オンライン）
22日(土)	秋田ノーザンハビネッツ ホームゲーム
24日(月)	生涯スポーツ功労者・生涯スポーツ優良団体表彰 受賞報告 朝日綜合(株) 企業版ふるさと納税 目録贈呈式
26日(水)	市議会臨時会 市議会全員協議会
28日(金)	由利本荘倫理法人会モーニングセミナー
31日(月)	デジタル化推進本部会議 県山村・過疎地域振興協議会総会（秋田市）

## ◆市長交際費の報告

◎：代理出席

件 数	支出額 (円)
3 件	71,500

支出日	支 出 内 容	支出額
1月 4日	新春商工パーティー会費	4,000
6日	鮎川地区行政懇談会懇親会へ寸志	3,540
8日	石脇地区町内役員新春交流会会費（◎佐々木副市長）	2,000
10～11日	企業訪問時特産品お土産	14,166
合 計		23,706

## 副市長交際費執行状況

支出日	支 出 内 容	支出額
1月 4日	新春商工パーティー会費（佐々木副市長出席）	4,000
合 計		4,000

## 転入・転出の手続きができる 「休日臨時窓口」を開設します

### 1

市政情報

年度末や年度始めは、転勤・就職・進学などで住所変更などの手続きが増え、窓口が大変混雑します。住民異動届（転入・転出・転居）の受け付けと各種証明発行ができる休日臨時窓口を開設しますので、ぜひご利用ください。

### 開設日時

3月21日(月・祝)、27日(日)、4月3日(日) 9時～15時

### 開設場所

市役所 市民窓口センター ※各総合支所窓口では開設しませんのでご注意ください。

### 取り扱い業務

- 転入・転出・転居などの住民異動届の受け付け
- ※次に関することは平日に手続きが必要 ▼マイナンバーカードの継続処理 ▼バーカードの継続処理 ▼児童手当や児童扶養手当 ▼障害者手帳や自立支援医療 ▼介護保険 ▼予防接種や健診 ▼市営住宅など
- 印鑑登録の受け付け
- 各種証明の発行（住民票、印鑑登録証明書、所得・課税証明書）
- ※戸籍謄本などの戸籍に関する証明は発行しません。
- 国民健康保険の加入や脱退

### 必要なもの

- ① 本人確認書類：運転免許証などの写真付き1点、または保険証・学生証・年金手帳など2点
  - ② マイナンバーカード・国民健康保険証・後期高齢者医療保険証・福祉医療費受給者証など、住所の記載がある書類のうち所持しているもの
- ※出生、死亡などの戸籍届け出は時間外窓口（当直室）で受け付けします。

## 引っ越しの際は 住所の異動届を忘れずに！

住民票の住所の異動届（転出届・転入届・転居届など）は国民健康保険および国民年金の資格の確認や、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。忘れずに届け出をお願いします。

### 2

市政情報

## 福祉医療費受給者証（マル福）が 更新されます

福祉医療費受給者証の有効期限が本年3月31日までの方へ、4月1日以降にお使いいただく受給者証を3月下旬にお送りします。

### 送付対象

現在小学3年生、6年生、中学3年生の方（受給者番号が4月1日から新しくなります）

※ひとり親家庭児童福祉医療費・重度心身障がい者福祉医療費の受給者証をお持ちの方は除きます。

### 3

市政情報

## 軽自動車税（種別割）の 手続きをお忘れなく

軽自動車税（種別割）は、その年の4月1日現在の所有者に課税されます。譲渡や相続で所有者が変わった場合や廃棄した場合は、3月31日までに名義変更や抹消登録の手続きを完了してください。

手続きも併せてお願いします。車両によって手続き先が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

### 問い合わせ先 市民課医療保険班

☎24-6244

### 問い合わせ先 軽自動車税担当 税務課

☎24-6302

または各総合支所  
市民サービス課

## ■トンガ太洋州噴火津波救援金の受け付け

1月15日に南大洋州の島国トンガ付近の海底火山で大規模な噴火が発生し、津波による住宅の倒壊、津波や降灰による飲料水の汚染などの被害が発生し、多くの方が支援を必要としています。

この災害で被災された方々を支援するため、右記のとおり救援金を受け付けています。

受付期間 3月31日(木)まで  
協力方法 秋田銀行および北都銀行各店に備え付けの救援金専用振込用紙（振込手数料は無料）で振り込み  
※郵便振替でも取り扱っていますので、詳しくは郵便局窓口へお問い合わせください。  
※日本赤十字社窓口（市役所福祉支援課および各総合支所市民サービス課）でも受け付けています。  
問い合わせ先 福祉支援課 ☎24-6315



くらしの防災通信

# 「第1回」防災コラム

## 地域での

## 声かけを大切に

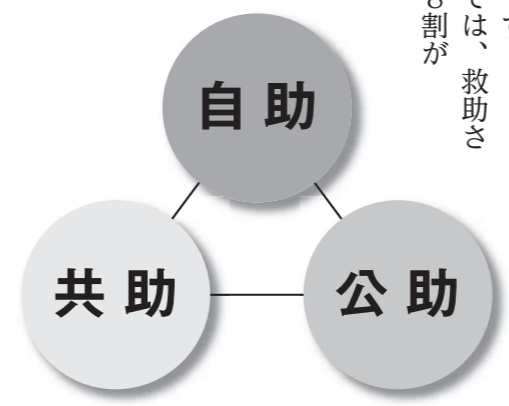
### ■東日本大震災

平成23年3月11日、三陸沖の太平洋を震源とした、東北地方太平洋地震（東日本大震災）が発生しました。ことし、震災から11年が経ちますが、復興庁によると令和3年12月28日現在、全国に約3万9000人の避難者が避難生活を送っています。

東日本大震災、阪神淡路大震災、熊本地震のような大震災では、停電や道路の途絶などにより、警察や消防の迅速な救助、いわゆる「公助」ができないため、町内会や自主防災組織などによる「共助」の活動がとても大切です。

阪神淡路大震災では、救助された方のうち、約8割が隣近所の方から助けられたと報告されています。

町内会、ご近所での日頃の声かけ・あいさつが地域の防災力の強化につながります。



「日本海と大地がつくる水と命の循環」  
鳥海山・飛島ジオパーク  
リレーコラム  
第87回



## ジオパークで地球の不思議について学ぼう！



秋田大学 林 信太郎 教授



ガイド養成講座で指導する様子

ジオパークは「大地の公園」です。そこは「地球の秘密」について学べる場所です。「地球の秘密」は、実は子どもたちにとって、とても知ってほしいことの一つです。

ふるさと教育はとても大切です（私も大学院で「ふるさと教育」の講義を行っています）。ふるさとに誇りを持ってこそ、立派な一人の大人として自立していけますし、将来ふるさとを発展させることができます。

ふるさとは人々の暮らしがあります。そして、それを成り立たせているのは、その土地の風土です。たとえば、鳥海山・飛島ジオパークのある由利本荘市から酒田市にかけての地域はものすごく雪が降ります。東北地方の日本海側は世界でも有数の豪雪地帯です。特に鳥海山の上の雪には、ものすごいものがあります。

雪が多いということはたいへんなことなのですが、同時に豊かな水資源を私たちに与えてくれます。それがこの土地の産業や暮らしを形作っています。このような風土をつくったのは、実は大地の力です。雪がこの地域に多いのは1500万年前に日本海が出来たためですし、これほど雪が降るのはマグマが噴き出して出来た鳥海山や地震のたびに隆起してきた羽根山地があるためです。

鳥海山・飛島ジオパークの子どもたちには、ぜひふるさとを作った「地球の秘密」について学んでほしいと思います。



# お知らせ

## 募集

■日本語学習教室 令和4年度  
の受講生を募集します  
本市に住む外国出身者とその子ども（小・中学生）を対象とした教室です。参加無料。

日時 4月1日～12月16日の毎週金曜 18時45分～20時45分  
会場 カダール

【日本語学習クラス】  
内容 初級・中級程度の日常会話、読み書き ※レベルによりコースを設定

【日本語漢字クラス】  
内容 漢字の読み書き、文章作成 ※初級修了者が対象

【子どもクラス】  
内容 日本語と学習支援  
申し込み・問い合わせ  
3月18日(金)まで、中央公民館  
☎22-09000 または藤嶋さん ☎090-2360-4817



■パソコン講習上級受講者募集  
エクセル関数  
順位付け ……3月8日(火)  
条件処理① ……3月10日(木)  
条件処理② ……3月15日(火)  
端数処理 ……3月17日(木)  
データの検索 ……3月22日(火)  
時間 9時半～正午  
会場 職業訓練センター  
受講料 1回500円  
※詳細はお問い合わせください。  
問い合わせ 職業訓練協会 ☎23-5502

■公共職業訓練  
訓練科・定員  
○金属加工技術科・15人  
○リフォームデザイン科・15人  
期間 5月10日(火)～10月28日(金)  
9時半～15時40分  
会場 ポリテクセンター秋田(潟上市)  
対象 ハローワークに求職申し込みをされた方で、新たな技術・技能を取得し再就職を希望される方  
受講料 無料(テキスト代別)  
申込期間 3月28日(月)  
問い合わせ ポリテクセンター秋田 訓練課受講生支援室  
☎018-873-3178

■AIA国際活動  
助成金希望団体を募集します  
県内で多文化共生を推進する活動を行う民間団体を対象に、その事業資金の一部を助成します。詳しくは秋田県国際交流協会(AIA)ホームページをご覧ください。

助成金額 対象経費総額のうち上限8万円 ※同一年度につき1団体1回、同一団体による同一事業への助成は3回まで

1期募集  
募集期間 3月1日(火)～31日(木)  
事業実施期間 4月1日(金)～令和5年3月15日(水)

2期募集  
募集期間 7月1日(金)～31日(日)  
事業実施期間 8月1日(月)～令和5年3月15日(水)

申し込み・問い合わせ (公財)秋田県国際交流協会 ☎018-8993-5499

■シルバー会員 募集中  
会員登録説明会を開催します。  
日時 3月17日(木) 10時  
会場 シルバー人材センター  
対象 本市在住で60歳以上の健康で働く意欲のある方

相談

康で働く意欲のある方  
年会費 3千円  
持ち物 秋田銀行(本荘支店、岩城支店のみ)、秋田しんせい農協、羽後信用金庫のいずれかの通帳  
問い合わせ シルバー人材センター事務局 ☎24-5111

■市の各種無料相談  
市民相談員による相談(予約制)  
日時 毎週木曜日 13時15分～17時  
会場 市役所市民相談室  
内容 相続、遺言、成年後見制度、金銭貸借など  
※相談日前日の15時まで予約を受け付けます。  
消費生活相談員による相談  
日時 平日9時～16時  
会場 市役所消費生活センター  
内容 消費者と事業者間の契約トラブル  
申し込み・問い合わせ 市民相談室 ☎24-6251  
※日常生活での困り事の相談は平日毎日受け付けています。

■行政相談委員による  
3月の定例行政相談  
○本荘 3月9日(水) 9時半～11時半・市役所 ※前日15時までの予約制  
○矢島 3月22日(火) 10時～正午・矢島福祉会館  
○由利 3月11日(金) 9時半～11時・善隣館  
○大内 3月26日(土) 9時～11時半・大内総合支所  
○西目 3月8日(火) 10時～正午・社会福祉協議会西目支所  
申し込み・問い合わせ 市民相談室 ☎24-6251 または各総合支所市民サービス課

■社会保険労務士による  
無料電話相談  
人事、労務、就業規則、雇用調整助成金などに関する相談に社会保険労務士が応じます。  
オンラインでの相談も行っています。詳しくは秋田働き方改革推進支援センターのホームページをご覧ください。  
時間 平日9時～17時  
申し込み・問い合わせ 秋田働き方改革推進支援センター  
☎0120-695-783  
☎018-865-5335

# 3月 5施設の催事案内

②カダーレ ☎22-2500 ⑦アクアパル ☎22-5611  
 ⑧総合体育館 ☎62-0500 ⑨シーガル ☎33-2315  
 ⑩ナイスアリーナ ☎22-0001

1	火	
2	水	
3	木	
4	金	
5	土	本荘町中ひなめぐり 書道パフォーマンス 10時～/11時～ ㊤
6	日	DRUM TAO 2022「光」 16時～(15時15分開場) 入場料あり ㊤
7	月	㊤ 休館日
8	火	㊤ 休館日
9	水	
10	木	
11	金	
12	土	本荘町中ひなめぐり 本荘傘鉾つるし飾り・こてんまり制作体験 10時～15時 ㊤ はっぴいさあくるフリーマーケット 9時半～13時半 ㊤
13	日	福田こうへいコンサートツアー2022 14時半～(13時半開場) 入場料あり ㊤
14	月	㊤ ㊤ 休館日
15	火	
16	水	
17	木	
18	金	おとなの社会科 14時～15時半 ㊤
19	土	ボランティア祭り+アート&バザー in カダーレ (～20日) 9時～17時(20日は正午まで) ㊤ 古典講座 13時半～15時 ㊤
20	日	
21	月	
22	火	㊤ ㊤ ㊤ 休館日
23	水	
24	木	
25	金	
26	土	第32回三道書道教室「書の作品展」併催 第11回TDK社友会 書道同好会書道展(～28日) 10時～18時(26日は13時から、28日は16時まで) ㊤
27	日	ハンドメイド販売「みんなのワマルシェ☆」 10時～14時半 ㊤
28	月	㊤ ㊤ 休館日
29	火	
30	水	
31	木	

## 【4月の休館日】

カダーレ：12日(火)、26日(火)  
 アクアパル：4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)  
 総合体育館：11日(月)、25日(月)  
 ナイスアリーナ：18日(月)



## 通信販売トラブルにご注意ください!



通信販売で「1回限りの注文のつもりが『定期購入』だった」「いつでも解約できるはずなのに、業者に電話が繋がらず解約できない」などの相談が消費生活センターに寄せられています。

### トラブル防止のポイント

- ◆契約内容をしっかり確認
  - ・1回限りか定期購入か(定期購入が条件の場合は継続期間や回数も)
  - ・支払いの総額や連絡手段
  - ・解約、返品の内容
- ◆利用規約の確認を忘れずに
- ◆記録を残しましょう
  - ・契約内容(サイトの広告表示や申し込み画面などの印刷をする、スクリーンショットを撮る)
  - ・業者との電話の履歴やメール、SNSなどのやり取り ※トラブルになった場合に連絡した証拠となります。

通信販売にはクーリング・オフ制度がありません。業者が定める返品に関する特約(返品特約)がある場合にはこれに従うことになりますが「注文後は返品できません」と記載されていれば返品は困難です。

問い合わせ  
 市役所消費生活センター ☎24-6251  
 消費者ホットライン ☎188(いやや)

## 図書館へ行こう!

☎ 中央図書館 ☎22-4900

### おとなの社会科5時間目 『人生百年時代とおかね学』

老後のお金の問題や生活設計について学びます。  
 日時 3月18日(金) 14時～15時半  
 会場 カダーレ3階 自然科学学習室2  
 講師 秋田県金融広報アドバイザー 伊藤晴美さん  
 定員 16人(先着順) 参加料 無料  
 申し込み 3月4日(金) 9時から、中央図書館

### 令和3年度古典講座「芥川龍之介と古典文学『今昔物語集』『宇治拾遺物語』を軸に」第5回『藪の中』と『俊寛』

日時 3月19日(土) 13時半～15時  
 会場 カダーレ3階 自然科学学習室2  
 講師 鈴木タキさん  
 定員 32人(先着順) 参加料 無料  
 申し込み 3月4日(金) 9時から、中央図書館

※催し物の時間など詳しくは各施設にご確認ください。

## その他

■令和3年度子育てファミリー支援事業申請はお済みですか  
 まもなく本年度分の申請期限です。個別の通知はありませんので、詳細は本紙令和3年4月



詳細はこちら

■あきた結婚支援センター  
 出張センター(完全予約制) 市内に出張センターが開設され、会員登録やお相手の検索、結婚に関する相談などができます。登録完了後は、スマホやパソコンによる検索、AIによる会員にマッチしたお相手の検索もできます。成婚料などはかかるらず、新規入会登録料の全額助成制度もあります。  
 日時・会場  
 ○3月6日(月)・19日(土) 11時～16時・小友地区健康増進センターミーティングルーム  
 予約 あきた結婚支援センター ☎0800-8000-0413  
 ※秋田市などの結婚支援センターへはWebを利用して予約ができます。直接センターに行かずにZoomでも会員登録できます。



1日号13やホームページで確認ください。  
 申請期限 3月31日(木)  
 問い合わせ 子育て支援課 ☎24-6319



■石脇財産区議員一般選挙  
 立候補届出説明会を行います  
 石脇財産区議会 議員一般選挙の立候補手続きなどについての説明会を開催します。立候補予定者またはその代理人はご出席ください。  
 ※出席者は、立候補予定者1人につき2人以内でお願いします。  
 日時 3月15日(火) 14時～  
 会場 市役所正庁(4階)  
 お問い合わせ 選挙管理委員会 事務局 ☎24-6390



■令和4年度市パークゴルフ場シーズン券の申し込み受け付けを開始します  
 申し込みの際は、顔写真(カラー・縦3センチ×横2.4センチ・裏面に氏名を記載したもの)を忘れずにお持ちください。  
 ○全施設(芋川・岩城・矢島・八塩) 共通シーズン券：16910円  
 ○3施設(八塩を除く)共通シーズン券：10480円  
 ※詳しくは市ホームページで確認

認、または問い合わせください。  
 申し込み・問い合わせ  
 ○芋川桜つつみパークゴルフ場  
 ・新鶴湯公園パークゴルフ場(岩城)：サンアメニティ(岩城総合体育館) ☎73-3664  
 ○鳥海高原子供の国パークゴルフ場：矢島産業課 ☎55-4953  
 ○八塩いこいの森パークゴルフ場：香楽園 ☎22-4099

■「慰霊巡拝」を実施します  
 厚生労働省では、旧主要戦域などにおいて、戦没者を慰霊するため、「遺族を対象とした慰霊巡拝を実施しています。令和4年度は次の地域で実施予定です。参加を希望される方はお問い合わせください。  
 実施地域 カザフスタン、旧ソ連、インドネシア、中国、東部ニューギニア、インド、ピスマーク諸島、トラック諸島、ミャンマー、硫黄島、フィリピン  
 お問い合わせ 秋田県福祉政策課 援護班 ☎018-860-1318



### ○3月の各館行事カレンダー

中央=中央図書館、由利=由利図書館、出羽=出羽伝承館

6日(日)	10時半～11時	由利	おはなしでてこい	絵本の読み聞かせ、ほか	出演：つくしんぼ
12日(土)	10時半～11時	中央	おはなし劇場	絵本の読み聞かせ、ほか	出演：おはなしたんぼの会
17日(木)	18時半～19時10分	中央	大人のための絵本タイム	大人向けの絵本の読み聞かせ、ほか	出演：お話グループにじ
19日(土)	10時半～11時	中央	えほんでこんにちは	絵本の読み聞かせ、ほか	出演：ゆりかごの会
26日(土)	10時半～11時半	中央	ヨミキカセ・ワールドワイド	外国語の絵本の読み聞かせ、ほか	出演：国境なき話し手
	10時半～11時	出羽	おはなしのへや	絵本の読み聞かせ、ほか	出演：すずめの巣

### ○今月の移動文庫

【本荘】 東光館(赤田) ※3月4日(金)入れ替え  
 【大内】 上川大内出張所、下川大内出張所 ※3月4日(金)入れ替え  
 【鳥海】 笹子出張所【東由利】 佐藤病院 老方診療所 ※入れ替え日未定  
 ※移動文庫は、月に1回入れ替えして常設しています。

### ○休館日

中央図書館	8日(火)、22日(火)、31日(木)
岩城図書館	7日(月)、14日(月)、21日(月・祝)、22日(火)、28日(月)
由利図書館	21日(月・祝)
出羽伝承館	7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)

※図書館・図書室にご来館の際は必ずマスクを着用いただき、入り口で手指の消毒をお願いします。

## 令和4年度国家公務員採用試験を行います〈詳しくは人事院ホームページで〉

募集要項などの詳しい情報は、人事院ホームページの「国家公務員試験採用情報NAVI」でご覧になれます。申し込みは、インターネットにより行ってください。  
○インターネット申し込み専用アドレス  
→ <https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

### 【総合職】(院卒者試験・大卒程度試験)

インターネット受付期間 3月18日(金)9時～4月4日(月)  
第1次試験 4月24日(日)

### 【一般職】(大卒程度試験)

インターネット受付期間 3月18日(金)9時～4月4日(月)  
第1次試験 6月12日(日)

### 【一般職】(高卒者試験)

インターネット受付期間 6月20日(月)9時～6月29日(水)  
第1次試験 9月4日(日)

問 人事院東北事務局第二課 試験係  
☎022-221-2022

### 【労働基準監督官】(大卒程度試験)

インターネット受付期間 3月18日(金)9時～4月4日(月)  
第1次試験 6月5日(日)

問 秋田労働局総務部総務課 人事係  
☎018-862-6681

### 【国税専門官】(大卒程度試験)

インターネット受付期間 3月18日(金)9時～4月4日(月)  
第1次試験 6月5日(日)

問 仙台国税局人事第二課 試験研修係  
☎022-263-1111 (内線3236)

### 【海上保安官】

インターネット受付期間 3月18日(金)9時～4月4日(月)  
第1次試験 6月5日(日)

### 【海上保安学校学生】

インターネット受付期間 3月18日(金)9時～25日(金)  
第1次試験 5月15日(日)

問 秋田海上保安部管理課 ☎018-845-1621

## EVENT Information

イベント、行事の案内



3/20 (日)

### まいーれ定期公演 春はもうすぐそこまで 秋田民謡と津軽民謡で

日時 3月20日(日) 10時半開演  
会場 民俗芸能伝承館「まいーれ」  
出演予定 秋田民謡…二代目浅野梅若(唄)、浅野沙樹(唄・手踊り)、浅野恵子(唄)、梅若鶴修(三味線)、浅野梅真(尺八) 津軽民謡…かすみ(唄)、佐藤晶(三味線)  
入場料 500円(20人以上の団体の場合400円、高校生以下無料)  
定員 75人(事前予約制、定員になり次第終了)  
申し込み 3月17日(木)まで、民俗芸能伝承館「まいーれ」☎44-8556(月曜休館、祝日の場合は翌日)

3/26 (土)

### 木の仕事びと木ワークショップ 本荘こけしの絵付け体験

菅原木工芸所の菅原修さんによる木工ワークショップを開催します。こけしの木地に絵付けをして、自分だけの創作こけしを作りませんか。  
日時 3月26日(土) 10時半～正午、13時半～15時  
対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)  
定員 各回4組  
参加費 千円  
会場 鳥海山木のおもちゃ美術館  
問 鳥海山木のおもちゃ美術館 ☎74-9070



## 業務改善助成金(特例コース)を新設しました

厚生労働省では中小企業・小規模事業者が継続的に賃上げしやすい環境整備に向けたさらなる支援策として「業務改善助成金(特例コース)」を新設しました。

### 助成対象要件

- ①事業場内の最も低い賃金(時給換算)が地域別最低賃金～プラス30円の範囲内
- ②新型コロナウイルス感染症の影響で売上高などが30%以上減少している
- ③令和3年7月16日～12月31日の間に事業場内最低賃金を30円以上引き上げている(賃金引き上げが30円未満の場合でも、この助成金の申請までに賃金引き上げ日にさかのぼって30円以上となる引き上げをし、その差額が支払われている場合も対象)
- ④これから生産性向上を図るような設備投資をしたいと考えている  
設備投資の例…パソコン・スマホ新規導入、貨物自動車、コンサルティング導入、人材育成など  
関連する経費の例…広告宣伝費、汎用機器、机、椅子など

申請期限 3月31日(木)  
※「業務改善助成金(通常コース)」の申請期限も3月31日まで延長しています。

詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください、お問い合わせください。

問い合わせ 秋田労働局雇用環境・均等室  
☎018-862-6684  
業務改善助成金コールセンター  
☎03-6388-6155  
(平日8時半～17時15分まで)

問い合わせ 収納課  
☎24-6256



夜間相談窓口を開設します  
3月の木曜日は、19時まで時間を延長して市税・国保税の相談を受け付けます。病気や離職などでやむを得ず納付できない場合もご相談ください。  
開設場所 市役所1階収納課  
開設期日 3月3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)



税金の納め忘れは  
ありませんか  
3月～5月は完納特別強調月間  
今一度、市税・国保税に納め忘れがないかご確認ください。納め忘れがあると延滞金が増算される場合があります。  
訪問督促に力を入れています  
期限内納付の督促や口座振替推進のため、納税相談員が未納者宅を訪問し、催告を行っています。訪問時に市税・国保税を納付する場合は、携帯端末から領収書(レシート)を発行しますのでお確かめください。  
夜間相談窓口を開設します  
3月の木曜日は、19時まで時間を延長して市税・国保税の相談を受け付けます。病気や離職などでやむを得ず納付できない場合もご相談ください。

■ひなたに参加しませんか  
◇日時…3月17日(木) 13時半～15時半 ※遅刻・早退可 ◇会場…鶴舞会館和室 ◇対象…人間関係で足踏み(ひきこもりなど)している方  
問…三浦さん ☎23-2192、市福祉支援課 ☎24-6315

### ■ままちょワークショップ「手形足形エコバッグづくり」

お子さんの成長記録としてエコバッグを作ってみませんか。汚れてもいい服装でお越しください。  
◇日時…3月7日(月) 10時～正午  
◇会場…カダーレギャラリー3  
◇参加費…450円 ◇持ち物…お手ふきやウエットシート  
申し込み…3月3日(木)17時まで、参加する親子の氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を右のままちょLINEアカウントから申し込み

### ■男女共同参画推進活動「寄付つきパステルアート講座」～子ども・若者に対する支援～

申し込み不要。下記の2事業もあわせて行います。詳細はお問い合わせください。  
◇日時…3月13日(日) 10時～正午  
◇会場…カダーレ2階男女共同参画推進活動室 ◇参加費…1500円(うち500円を支援団体などへ寄付)  
こころつながり支援の輪「青い鳥プロジェクト」(～12時半まで)

### ■フードバンク回収箱の設置(～正午まで)

本市・にかほ市在住でお困りの方に生理用品を無償配布。寄付も同時に受け付けます。  
◇食品の条件…①要冷蔵などの生もの以外 ②市販品で未開封 ③賞味期限が1カ月以上残っている  
問…三浦さん ☎090-7667-9260 【フードバンクについて】吉田さん ☎090-8780-2115

■自動車の登録手続きは  
年度末を待たずお早め！  
例年、年度末の3月は運輸支局の自動車検査・登録の窓口が大変混み合います。混雑回避のため、3月の下旬を避け、可能な限り中旬ごろまでの手続きに協力をお願いします。  
問い合わせ 秋田運輸支局ヘルプデスク ☎050-5540-2012



■協会けんぽ保険料率が3月分(4月納付分)から変わります  
協会けんぽは、主に中小企業の従業員とその家族の皆さまが加入する健康保険です。  
秋田支部の健康保険料率は4月納付分から10・27割(現行10・16割)へ引き上げとなります。  
また、40歳から64歳までの方に対する介護保険料率は全国一律1・64割(現行1・80割)へ引き下げとなります。  
皆さまの医療費に基づいて算出される保険料率は、皆さまの健康への取り組みによって抑えることができます。まずは病気の予防や健康保持のために年一回の健診を必ずお受けください。  
問い合わせ 全国健康保険協会(協会けんぽ) 秋田支部  
☎018-8833-1841



■ご存じですか？  
中小企業退職金共済制度  
中小企業退職金共済(中退共)制度は中小企業のための国の退職金制度で、パートタイマーや家族従業員の方も加入できます。国の助成や掛け金の全額非課税などの優遇を受けられるほか、外部積み立て型で管理が簡単という利点もあります。  
問 問い合わせ  
(独)勤労者退職金共済機構  
中小企業退職金共済事業本部  
☎03-6907-1234

■建設業退職金共済制度  
建設業退職金共済機構  
林業退職金共済制度  
国が作った退職金制度で、各制度の事業主の方々が、従事者の働いた日数に応じて掛け金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が各業界を辞めたときに退職金を支払います。詳しくはお問い合わせください。  
くはお問い合わせいただくか、ホームページで確認ください。  
○掛け金は、税法上で法人の損金、個人企業では必要経費となります。  
○掛け金の一部を国が免除します。  
○各業界内で雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。  
事業主の皆さまへ  
・共済証紙は労働日数に応じて適正に貼り付けてください。  
・共済手帳を所持している従事者が各業界を退職する際は、忘れずに退職金を請求するように指導してください。  
問 問い合わせ  
建設共秋田支部  
☎018-8233-5495  
(独)勤労者退職金共済機構  
林業退職金共済事業本部  
☎03-6731-2889

### 70歳未満の方の自己負担限度額（月額）

所得区分		3回目まで	多数該当
ア	901万円超	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円
イ	901万円以下 600万円超	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円
ウ	600万円以下 210万円超	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
エ	210万円以下	57,600円	44,400円
オ	住民税非課税	35,400円	24,600円

※合算対象基準額（レセプト単位で自己負担額が21,000円）以上の医療費の合計額で計算されます。

旧ただし書き所得 … 基礎控除後の総所得金額

多数該当 … 同一世帯で診療月を含めた直近12カ月間に高額療養費の給付が4回以上ある場合、4回目から自己負担限度額が変わります。

### 70～74歳の方の自己負担限度額（月額）

所得区分	外来 (個人単位)	外来+入院（世帯単位）	
		3回目まで	多数該当
現Ⅲ (課税所得690万円以上)		252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円
現Ⅱ (課税所得380万円以上)		167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円
現Ⅰ (課税所得145万円以上)		80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
一般 (課税所得145万円未満)	18,000円 (年間上限 144,000円)	57,600円	44,400円
低Ⅱ (住民税非課税世帯)	8,000円	24,600円	
低Ⅰ (住民税非課税世帯で所得が一定以下)	8,000円	15,000円	

※区分「一般」について、世帯収入の合計額が520万円未満（1人世帯の場合は383万円未満）の場合、「旧ただし書き所得」の合計額が210万円以下の場合も含まれます。

70～74歳で区分「一般」および「現Ⅲ」の方は、保険証と高齢受給者証の提示で自己負担限度額が適用されます。  
※限度額認定証は発行されません。

### 国保税の「滞納」にご注意

納期限を過ぎても国保税を納めないでいると、督促状が送付されます。さらに、納税相談や指導が行われてもなお滞納が続くと、有効期限の短い保険証が交付されます。

それでも納税相談をいただけない場合や、特別の事情もなく国保税を滞納している場合には、保険証を返還してもらい、代わりに資格証明書が交付されます。

資格証明書は、国保の被保険者であることだけを示す証明書で、保険証のように医療機関で保険給付を受けることができないため、医療費をいったん全額自己負担することになります。



通知します。保健師・管理栄養士が健康づくりのサポートをしますので、対象となった方は積極的に保健指導を活用しましょう。

また、生活習慣病の発症リスクを一定の基準により判定し、生活習慣の改善が必要な方には、リスクに応じたサポートを行う特定保健指導（無料）の案内を個々にさせていただきます。

特定健診が終わったら、受診者全員に健診結果をお知らせします。

#### ○特定健診の料金は無料です

受診方法については、対象者（国民健康保険加入者40歳（74歳）に毎年4月下旬ごろ送付される「国民健康保険特定健診受診券」で確認してください。



### 病気を早期発見する「特定健康診査」

心臓病や脳卒中といった命に関わる深刻な病気を防ぐため、特定健診でメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を早期発見するために年に一度は特定健診を受診しましょう。

### 医療費の負担を軽減する「高額療養費制度」

医療機関でかかった医療費の自己負担額は、月額で限度額が設定されています。限度額を超えた場合、申請をして認められると超えた分が高額療養費として支給されます。大きな病気やけが、慢性疾患の治療費がかさむ場合などに被保険者の負担を軽減する制度です。

#### ■申請の方法

- ① 高額療養費に該当する場合には、市民課から世帯主宛てに通知（診療月の2カ月後以降）を送付します。
- ② 通知書と国保の保険証、医療費の領収書、世帯主の通帳・印鑑を持参の上、市民窓口センターまたは各総合支所市民サービス課で申請してください。  
※申請書には、世帯主と療養を受けた方全員のマイナンバーの記載が必要です。
- ③ 市民課から支給決定通知書が送付され、指定口座へ高額療養費が振り込まれます。

### 国保の「加入・脱退」は窓口での手続きが必要です

次のような場合は、14日以内に届けましょう。会社などでは手続きを行いません。

#### ◆国保に加入するとき

職場の健康保険をやめたときや、職場の健康保険の被扶養者から外れたとき  
【手続きに必要なもの】  
●健康保険資格喪失証明書（職場などで発行）



#### ◆国保を脱退するとき

職場の健康保険に入ったときや、職場の健康保険の被扶養者になったとき  
【手続きに必要なもの】  
●職場の健康保険証 または 健康保険資格取得証明書  
●国保の保険証

#### ◆その他の届け出と手続きに必要なもの

住所、氏名、世帯主が変わったとき …… 保険証  
修学のため、別に住所を定めるとき …… 保険証、在学証明書  
保険証をなくした、汚れて使えないなど … 破損・汚損した保険証

#### ◆国保に関する手続きにはマイナンバーの記入が必要です

届け出などは世帯主が行うことになっていますので、世帯主と申請の対象となる方の両方（手続きによっては申請の対象の方のみ）のマイナンバーが必要です。



#### 本人確認にご協力ください

交付の際は本人確認のため、運転免許証やマイナンバーカードなどを提示してください。本人確認ができない場合には、保険証を自宅に送付します。



# お知らせします

# 「国民健康保険」

### 国保 「国民健康保険」とは

万が一の病気やけがに備えて、加入者がお金（国民健康保険税）を出し合って医療費などを補助する「助け合いの制度」です。職場の健康保険に加入している方や、後期高齢者医療制度の対象となっている方、生活保護を受けている方以外は全ての方が国保の加入者となります。

問 市民課 国保年金班 ☎24-6245

#### ○第三者行為による 傷病の治療

交通事故など、第三者の行為によって傷病を受けた場合でも、国保で治療が受けられます。

#### ○70～74歳の方の医療

故意・犯罪によるけがや病気については給付の制限の対象となる場合があります。

国保に加入している方が70歳になると、窓口での負担割合を記載した「高齢受給者証」が交付されます。（対象の方に市が送付します）

70歳の誕生日の翌月（誕生日が1日の方はその月）から、受診の際は「高齢受給者証」と保険証の両方を医療機関に提示してください。

#### ○保険証使用の制限

病気とみなされない健康診断や美容整形、業務上の病気やけがのため労災保険の対象となるものには保険証は使えません。また、けんかや泥酔、

#### ○75歳の誕生日当りからは

後期高齢者医療制度で医療を受けることになり「後期高齢者医療被保険者証」が交付されます。

## のぼそう健康寿命！大内・東由利の事業を紹介

市民の健康寿命延伸を目指した事業を実施しています。参加の際は動きやすい服装で、運動靴、タオル、飲み物は持参してください。

### 【大内】健康づくり教室

**日時** 3月11日(金) 13時半～15時(受け付け13時から)  
**会場** 大内農村環境改善センター  
**内容** 講話と実技  
**講師** 健康アドバイザー 佐々木もと子さん  
**定員** 20人  
**申し込み** 3月10日(木)まで、大内市民サービス課 ☎65-2810

### 【東由利】リフレッシュ教室(第5回)

**日時** 3月18日(金) 13時～15時  
**会場** 有鄰館  
**内容** 講話と実技  
**講師** シニアヨガインストラクター 齋藤真弓さん  
**申し込み** 3月17日(木)まで、東由利市民サービス課 ☎69-2117

## ▶▶催し・お知らせ

### ■声かけボランティアによる

**「きてけれ～サロン」**  
 お茶を飲みながらみんなでおしゃべりしませんか。どなたでも参加できます。  
**日時** 3月10日(木) 10時～12時  
**会場** 本荘保健センター  
**☎** 声かけボランティア事務局(健康管理課内)

### ■アリーナ体操教室

**in 鳥海&東由利(第2弾)**  
 ミズノグループ(健康運動指導士)の高齢者向け健康増進プログラムを基にした介護予防教室です。  
**対象** 65歳以上  
**参加費** 無料  
**【鳥海】**  
**日時** 3月11日(金) 10時～11時半  
**会場** 紫水館 1階多目的ホール  
**定員** 30人  
**申し込み** 南部地域包括支援センター ☎74-4150

### 【東由利】

**日時** 3月17日(木) 10時～11時半  
**会場** 有鄰館 2階集会室  
**定員** 20人  
**申し込み** 中央地域包括支援センター ☎24-6324

### ■こころの相談日のお知らせ

家族のことや仕事のこと、子育てや学校生活のことなど、日常生活での困りごとを臨床心理士へ相談できます。  
**日時** 3月11日(金) 10時15分～11時、11時15分～12時、13時半～14時15分 ※1人45分予約制、1日3人まで  
**会場** 本荘保健センター  
**申し込み** 3月9日(水)まで、健康管理課

### ■湯ったりほのぼの教室

いつまでも元気で長生きできる秘訣を学びませんか。  
**日時** 3月18日(金) 9時半～11時  
**会場** 鶴舞温泉 中広間  
**内容** ▷健康相談・血圧測定(9時半～10時) ▷いきいき良い歯でハッピーに(10時～11時)  
**定員** 20人  
**申し込み** 3月17日(木)まで、健康管理課  
 ※4月から「湯ったりほのぼの教室」は社会福祉協議会が開催します。詳しくは「社協だより」でお知らせします。

### ■妊婦さん向け教室

妊娠中のセルフケアについて学びませんか。動きやすい服装でご参加ください。  
**日時** 3月18日(金) 10時～11時半  
**会場** 本荘保健センター  
**対象** 妊娠20週以降の妊婦さん  
**持ち物** 母子健康手帳、バスタオル1枚  
**定員** 5人程度  
**申し込み** 3月16日(水)まで、子育て世代包括支援センターふあみりあ(健康管理課内)

### ■産後のママと赤ちゃん向け教室

赤ちゃんの発達を促す触れ合い方や遊び方などを学びます。  
**日時** 3月25日(金) ①10時～11時半、②13時半～15時  
**会場** 本荘保健センター  
**対象** ①1カ月健診以降生後4カ月頃まで ②4カ月健診以降生後6カ月頃まで  
**定員** 各5組  
**持ち物** 母子健康手帳、バスタオル2枚  
**申し込み** 3月23日(水)まで、子育て世代包括支援センターふあみりあ(健康管理課内)

心身ともに、すこやかに

# 健康

だより

◇問い合わせ先  
 健康管理課(本荘保健センター内)  
 または各総合支所市民サービス課  
 ☎22-1834

## 助成金の申請はお済みですか

☎ 健康管理課・各総合支所市民サービス課(岩城は保健センター)

該当される方は期限までに上記問い合わせ窓口で申請してください。各申請書・証明書は、窓口に備え付けているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

### 高齢者予防接種助成金交付申請

本年度、県外の医療機関で予防接種を受けた方について助成制度があります。  
**種類** ①高齢者用肺炎球菌 ②高齢者季節性インフルエンザ(令和3年10月～令和4年2月接種分)  
**対象者** 予防接種時に本市の住民であった方  
**申請期限** 3月31日(木)まで  
**必要書類** 領収書、予診票または接種済証、印鑑、本人の口座情報、申請書

### 予防接種助成申請

本年度、契約医療機関以外で予防接種を受けた方について助成制度があります。  
**種類** ①定期予防接種 ②任意予防接種(成人風しん、小児・妊婦インフルエンザ、おたふくかぜ)  
 ※おたふくかぜワクチンの助成は令和3年8月1日からの開始です。令和3年4月～7月までの間に自己負担で接種した方は申請により助成を受けられます。  
**対象者** 予防接種時に本市の住民であった方  
**申請期限** 3月31日(木)まで  
**必要書類** 領収書、母子手帳、印鑑、申請者の口座情報、申請書

### 妊婦健診助成申請

県外の医療機関で受診された妊婦健診について助成制度があります。  
**対象者** 妊婦検診時に本市の住民であった方  
**申請期限** 出産から7カ月以内  
**必要書類** 領収書、母子手帳、印鑑、本人の口座情報、妊婦健診受診票、申請書

### 不妊治療費助成申請

不妊治療の助成制度があります。  
**助成対象** 一般不妊治療費(15万円まで)、特定不妊治療費(50万円まで)、不育症治療(15万円まで)  
**申請期限** 治療を開始した年度の3月31日まで  
**必要書類** 薬局発行の領収書、印鑑、申請者の口座情報、住民票、戸籍謄本、申請書・証明書

## お子さまの予防接種は計画的に！

3月1日(火)～7日(月)は「子ども予防接種週間」です。この機会に、未接種となっている予防接種を受けましょう。予防接種、協力医療機関などの詳細は健康管理課へお問い合わせください。



## 3月 乳幼児健診

○母子健康手帳・アンケート票・バスタオルを忘れずにお持ちください。  
 ○7カ月児健診は個別健診となります。  
 ○当日受診できない場合や不明な点がある場合は、当該地域の保健センターまたは市民サービス課へご相談ください。

事業名	実施日	受付時間	実施場所	対象者	備考
4カ月児健診	28日(月)	○1日～15日生まれ ⇒12:30～12:50 ○16日～31日生まれ ⇒13:00～13:20	本荘保健センター	令和3年11月生まれ	
10カ月児健診	17日(木)			令和3年5月生まれ	
1歳6カ月児健診	8日(火)			令和2年8月生まれ	
3歳児健診	14日(月)			平成30年9月生まれ	ご家庭で聴力・視力検査を行っててください
2歳児歯科健診	7日(月)	○1日～15日生まれ ⇒13:00～13:15 ○16日～31日生まれ ⇒13:25～13:40		令和元年12月生まれ	
5歳児健康相談	15日(火)	12:45～13:00	本荘保健センター、鶴舞会館	平成29年3月生まれ	母子健康手帳、筆記用具、水筒(水かお茶)を持参してください

集団健診方式で実施します。感染症予防のため下記事項にご協力をお願いします。  
 ○会場内では付き添いの保護者は1人でお願いします  
 ○密を避けるため乳幼児健診では生まれ日で受け付け時間を区分しています(上記参照)  
 ○延期となった健診については、上記以外の日程を個別に連絡しています  
 ○5歳児健康相談は内容を縮小して開催します。対象の方には個別で連絡をしています

※催しへ参加の際は、ご家庭で当日の検温をお願いします。発熱や風邪の症状がある方は参加をご遠慮ください。



放送する番組はEPG（電子番組表）やHPからもご確認できます。



ゆりほんテレビHPは  
←こちらから

3月29日(火)～4月4日(月)の番組

**爆旅道中記#029**  
「[[リベンジ] カブトムシGET&天草の夏を満喫する旅]【前編】



(c)ACN

熊本県の天草ケーブルネットワーク（ACN）が初の旅バラエティーに挑戦！  
それぞれお店を経営する地元のオジサン3人が超毒舌ながらも好き放題に、自分たちなりの旅を完成させます！

○放送時間 9:00～、20:00～

**とんと昔があっただけな**  
～ふるさとおもしろ話～

第5話 飴買い幽霊（小泉八雲怪談から）  
第6話 クラゲの使い  
（制作：山陰ケーブルテレビジョン(株)）



○放送時間 11:00～、21:30～

**ケーブルテレビよりサービス終了のお知らせ（テレビサービスは継続します。）**

ケーブルテレビの通信系サービスは令和5年1月31日で終了します。終了となるサービスは次のとおりです。

有料サービス	インターネット（メール・ホームページ含む）・050IP電話
無料サービス	IP音声告知端末・IP電話

通信系サービスの終了により、次の機器が令和5年1月31日をもって使えなくなります。



サービス終了前に、機器の撤去を希望される方はCATVセンターまでご連絡ください。

**…… インターネット脱退に関する手続きについて ……**

- インターネット脱退届は、ゆりほんテレビ公式ホームページの申請書ダウンロードより取得し、下記メール宛てで提出できるほか、同ページ内の電子申請でも提出いただけます。
- 窓口での手続きを希望される方は、下記問い合わせ先までお越しく下さい。
- インターネット脱退届に記入された「脱退日」以降に機器撤去に伺います。

〈問い合わせ先〉CATVセンター、市役所広報課・各総合支所市民サービス課

由利本荘市CATVセンター

TEL:65-3722 メール:catv@city.yurihonjo.lg.jp

○月曜～金曜（祝日は除く）8:30～17:15

郵送:〒018-0711 由利本荘市岩谷町字日渡51番地1



**ゆりほんテレビ 今月のお知らせ**

ゆりほんテレビでは平日18:30～「ゆりほんタイム」（初回）を放送中です。

◆3月に放送する企画番組をご紹介します……… 番組の放送日時、内容、タイトルなどは変更する場合があります

3月1日(火)～7日(月)の番組

**からくり人形師**



日本で数少なくなってきたからくり人形師、後藤大秀さんの最後の仕事となった現場を1年間取材しました。日本のものづくりを支える職人の姿を描きます。

（制作：株式会社 大垣ケーブルテレビ）

○放送時間 9:00～、20:00～

**時を越え続く祈り 大分の宝 磨崖仏**



断崖に仏を彫ることを「磨崖」、彫られた仏像を「磨崖仏」と言います。大分に存在するさまざまな磨崖仏を紹介し、その魅力、地域との関わり、保護活動などを伝えます。

（制作：大分ケーブルテレビ株式会社）

○放送時間 11:00～、21:30～

3月8日(火)～14日(月)の番組

**ほく 木らとあそぼう 2月総集編**



鳥海山木のおもちゃ美術館で自由に遊ぶことができるおすすめのおもちゃを佐藤副館長が紹介します。

○放送時間 9:00～、20:00～

**秋田地方法務局本荘支局からのお知らせ 総集編**

秋田地方法務局本荘支局の職員が相続に関する登記手続きについて、さまざまな制度の紹介や法律改正に伴う手続きの変更点を3つのテーマに分けてお知らせします。

○放送時間 11:00～、21:30～

3月15日(火)～21日(月)の番組

**第17回由利本荘美術展**

2022年1月29日から2月2日までカダーレで開催された美術展の様をお送りします。

会場には絵画・書道・工芸・写真の4部門において、にかほ市・由利本荘市を代表する124人の作家の作品が展示されました。



【絵画・書道】

○放送時間 9:00～、20:00～

【工芸・写真】

○放送時間 11:00～、21:30～

3月22日(火)～28日(月)の番組

**私立釣竿学園 爆釣クラブ 2019シーズン #3「マゴチ」**

（制作：秋田ケーブルテレビ）

○放送時間 9:00～、20:00～

**speak easy <3月>**

（制作：カダーレ自主事業実行委員会）

○放送時間 11:00～、21:30～

子育て世帯への臨時特別給付金（支援給付金）  
離婚した養育者の方も支給対象になりました

現在支給している子育て世帯への臨時特別給付金（児童1人当たり一律10万円支給）について、本年2月末時点でお子さんを養育しているにも関わらず、基準日より後に離婚したため給付金を受け取っていない養育者の方も支給対象となりました。  
該当する方は市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎ 子育て支援課 ☎ 24-6319



広報クイズ 読者プレゼント  
2月の当選者発表

「鳥海の里・銜鳥海精機製作所」から「甘辛おかず米こうじ（行者にんにく）引換券」をクイズの答え Q1→3 Q2→2 10人にプレゼント！

- |                 |                |                |
|-----------------|----------------|----------------|
| 佐藤 淳子さん (本荘地域)  | 朝岡 憲子さん (西目地域) | 塚本 竹美さん (本荘地域) |
| 長澤 祐子さん (本荘地域)  | 阿部 睦子さん (本荘地域) | 齋藤 和子さん (本荘地域) |
| 田口 誉さん (岩城地域)   | 佐藤美代子さん (鳥海地域) | 齊藤登喜子さん (由利地域) |
| 八嶋 シゲさん (東由利地域) |                |                |

たくさんの応募、ありがとうございました。

満100歳  
おめでとうございます

市から賀詞と祝い金が贈呈されました

佐々木 武さん  
(大正11年2月6日生まれ・新田)

伊東 貴美子さん  
(大正11年2月10日生まれ・小人町)

齋藤 紀子さん  
(大正11年2月11日生まれ・石脇)

佐々木 ユキさん  
(大正11年2月11日生まれ・岩城亀田愛宕町)

高橋 ひさよさん  
(大正11年2月15日生まれ・肴町)

ちょっとひといき・・・

**ク** ライマン生活にとって、冬の通勤は悩みの1つ。相棒のコートやマフラーなどで寒さに耐え、滑って転ぶこともなく無事に春を迎えられそうです。(慶)

**ク** ライマン生活。一人暮らしは家事に慣れなくて大変さん、家族から家事を教わってよくと苦労が少なくすよ。(一輝)

**ク** ライマン生活に1人入ることに迷いはないですが、4人掛けテーブルに案内されるとうろたえます。相席厳禁のご時世、カウスター席の良さを再認識です。(☆)

**ク** マの顔型シールが給油口に貼られた愛くるしい車体。妻の愛車は半年後、新車と入れ替わりで下取りに。クマちゃんとの別れが今から恋しいです。(一男)

**ク** ブスクの音楽配信は、定額で聴き放題。いろいろな年代の曲を気軽に聴けるのですが、お気に入りのアルバムは「現物」として所有したいです。(RV)

これからもお元気で  
お過ごしください



お誕生おめでとう

<1月29日～2月13日受け付け分>

- |                     |                     |                       |
|---------------------|---------------------|-----------------------|
| 土田 淳人ちゃん (達也さん) 大嶽町 | 佐藤 航ちゃん (慎也さん) 御門   | 梶原 凱斗ちゃん (拓 さん) 土谷    |
| 岡野 稀ちゃん (卓 さん) 薬師堂  | 畑澤 大地ちゃん (好仁さん) 石脇  | 渥美 碧ちゃん (陸 さん) 岩城亀田大町 |
| 斉藤 想空ちゃん (一樹さん) 薬師堂 | 竹内 煉ちゃん (恵理子さん) 内黒瀬 | 東海林 樹ちゃん (光 さん) 岩谷町   |
| 藤原 暖ちゃん (嵩 さん) 八幡下  | 本間 慧真ちゃん (秋彦さん) 内黒瀬 |                       |
| 佐藤 彩桜ちゃん (裕也さん) 給人町 | 鈴木 蒼晴ちゃん (溪太さん) 八幡下 |                       |



どうぞやすらかに

<1月29日～2月13日受け付け分>

「お誕生」「おくやみ」欄に掲載を希望される方は、市民窓口センター（または総合支所市民サービス課、出張所）にお申し出ください。

- |                         |                       |                         |                          |
|-------------------------|-----------------------|-------------------------|--------------------------|
| 前市長<br>長谷部 誠さん<br>(小人町) | 黒木 禎子さん<br>(東梵天・82歳)  | 阿部キサミさん<br>(葛法・99歳)     | 佐々木タケノさん<br>(中田代・80歳)    |
|                         | 猪股 ナミさん<br>(上野・90歳)   | 中村すづ子さん<br>(石脇・71歳)     | 堀川 久市さん<br>(葛岡・99歳)      |
|                         | 佐藤 妙さん<br>(内黒瀬・96歳)   | 小川 四郎さん<br>(親川・94歳)     | 阿部 政雄さん<br>(東由利杉森・89歳)   |
|                         | 佐藤タチ子さん<br>(石脇・81歳)   | 柴田 タキさん<br>(矢島町新荘・86歳)  | 村上サクエさん<br>(西目町海士剝・95歳)  |
|                         | 細貝 真利さん<br>(日役町・39歳)  | 土田 フヂさん<br>(矢島町田中町・87歳) | 伊庭 洋子さん<br>(西目町出戸・79歳)   |
|                         | 後藤ミヨエさん<br>(松ヶ崎・91歳)  | 池田良四郎さん<br>(矢島町七日町・86歳) | 鷹島 恵子さん<br>(西目町沼田・73歳)   |
|                         | 熊谷 久良さん<br>(一番堰・84歳)  | 佐藤 和夫さん<br>(矢島町七日町・87歳) | 松島久美子さん<br>(西目町海士剝・87歳)  |
|                         | 小松 安子さん<br>(西梵天・82歳)  | 三森 ミネさん<br>(矢島町元町・87歳)  | 齋藤イセ子さん<br>(西目町西目・86歳)   |
|                         | 保科 貞夫さん<br>(中梵天・86歳)  | 佐藤 キヨさん<br>(矢島町立石・95歳)  | 鷹島 敏男さん<br>(西目町沼田・75歳)   |
|                         | 小松 チエさん<br>(万願寺・95歳)  | 小松キクミさん<br>(町村・102歳)    | 佐藤 ヨシさん<br>(鳥海町下川内・100歳) |
|                         | 工藤 タケさん<br>(石脇・89歳)   | 佐藤 久子さん<br>(西沢・88歳)     | 高橋トモ子さん<br>(鳥海町上川内・97歳)  |
|                         | 齋藤裕見子さん<br>(本田仲町・63歳) | 鈴木喜久男さん<br>(東中沢・88歳)    | 佐藤 貞造さん<br>(鳥海町小川・83歳)   |
|                         | 細谷容治郎さん<br>(大浦・97歳)   | 小林幸一郎さん<br>(中館・93歳)     | 加賀 豊章さん<br>(鳥海町伏見・62歳)   |
|                         | 吉野 定子さん<br>(石脇・89歳)   | 伊藤 文子さん<br>(北福田・83歳)    |                          |
|                         | 佐々木祐司さん<br>(松ヶ崎・86歳)  | 菊地タエ子さん<br>(岩野目沢・88歳)   |                          |



サポート高校から大学・専門学校・公務員へ!  
令和4年度 生徒受付中  
高卒資格 GET!  
平成国際高等学院  
学校法人 星椋国際高等学校 連携校  
由利本荘市外からの通学生には宿泊室(平成学舎)を無料で提供しています [週3回～月12回を限度]  
問い合わせ ☎ (0184) 22-5090 FAX 22-5251  
由利本荘市川口字後野21-6 学院長/安杖憲一 顧問/小野忠二 広告

春の大売出し 期間中2,000円以上お買い上げのお客様に  
期間 3/8(火)▶12(土) 抽選で当店限定500円商品券 当たります!!  
詳細は3/8(火)新聞折込チラシ、またはアプリのお知らせをご覧ください  
生産者さんにおススメ!! 特製結束テープ 販売中!!  
シモジマ・パッケージジブラザ アプリ会員のご登録がまだの方はこちらから  
地産品販売のアピールに  
紹介コード 679787 の入力をお忘れなく!!  
パッケージジブラザ 由利本荘店 花畑町4-19 (日曜定休) 営業時間 9:00～18:00

仕事お引き受け致します シルバー人材センター 広告  
お問い合わせ 植木剪定・草取り・草刈りなど  
事務局 ☎ (0184) 24-5111  
矢島 連絡所 ☎ (0184) 55-2053  
岩城 連絡所 ☎ (0184) 73-2633  
由利 連絡所 ☎ (0184) 53-4221  
大内 連絡所 ☎ (0184) 65-3486  
東由利 連絡所 ☎ (0184) 69-2420  
西目 連絡所 ☎ (0184) 33-4321  
鳥海 連絡所 ☎ (0184) 57-2215  
会員募集 どなたでもご入会いただけます  
▶由利本荘市に在住で 原則60歳以上  
▶家事力を発揮したい女性の方 大歓迎です!  
▶健康で働く意欲のある方  
公益社団法人 由利本荘市シルバー人材センター  
ぜひお気軽にお問い合わせください