



緑丸

百合若

はなちゃん

# PUBLIC INFORMATION 聖籠町

新型コロナウイルス感染症

関連情報はこちらから

町ホームページ



## ひまわりde応援プロジェクト!

新型コロナウイルス感染症の影響により、いつもと違う夏休みとなった今年。子どもたちを応援しようと、町PTA連絡協議会の発案により、町内の小中学校にひまわりのプランターが設置されました。

保護者の皆さんが交代で水やりし、見事に咲いたひまわりに気持ちも明るくなりますね。



広報せいろう  
2020



September No.530

# 令和2年 国勢調査の お知らせ

 総務省統計局  
都道府県・市区町村

国勢調査  
2020



5年に1度の**大調査!!**

**#みんなの国勢調査!**

インターネットによる回答も可能です！  
回答はぜひ、かんたん便利なインターネット  
で！スマホやパソコンから回答できます。  
☆データの向こうにドラマがある☆

## 令和2年国勢調査を 全国いっせいにを行います

国勢調査は、統計法という法律に基づいて、日本に住んで  
いるすべての人・世帯を対象として実施する統計調査です。

## 9月上旬から 調査員がおうかがいします

調査員が皆様のお宅を訪問し、調査書類をお配りします。この調査では、**インターネットで回答を行うか、紙の調査票を郵送または調査員に渡していただく方法**で回答できます。

いつでもどこでも、便利に回答。  
パソコンやスマホでの回答を可能に!



インターネット回答は

9月14日～10月7日

調査票での回答は

10月1日～7日



9月  
月上旬

### 調査票の配布

調査員が世帯を訪問しま  
す。全世帯が対象です。

### 調査票の記入

期限内に記入してくださ  
い。正確にお願いします。

10月  
月上旬

### 調査票の回収

調査員が回収のため訪問  
します。郵送での提出も  
できます。

聖籠町では、国から任命された60名の調査員が全世帯を訪問して調査を行います。9月14日頃より順次お宅を訪問しますので、調査への協力をお願いします。



# 国勢調査 よくある質問



## Q 住民基本台帳があるのだから、国勢調査に答えなくてもよいのでは？

A さまざまな政策の基礎とするためには、実態に基づいた正確な統計が必要です。住民基本台帳は、届出の状況が人によって様々で、氏名・生年月日などの限られた情報しかありません。住民登録を残したまま、親元から離れて就学している学生さんや、家族から離れて施設に入居している高齢者の方など、国勢調査では、実際の状況についてお答えいただく必要があります。

## Q 氏名を記入したくないのですが？

A 提出していただいた調査票は、聖籠町で提出状況などを確認しますので、氏名の記入がないと、調査票がどの世帯のものかわからなくなってしまい、内容についての照会ができなくなってしまいます。氏名を集計することはありませんし、データとして保存することもありますので、正確な調査のために必ずご記入をお願いします。

## Q どうして、勤務先を記入しなければならないのですか？

A 勤務先は、男女別・地域別・年齢別などの仕事の実態を把握し、雇用・失業対策、地域振興計画、産業振興計画などを進めるためになくしてはならない調査項目です。調査票に記入された勤務先は、産業分類によって区分されて集計されるため、記入されたことがそのまま用いられることはありません。ご理解のうえ必ずご記入をお願いします。

## Q 個人情報心配です。調査票は提出後どのように処理されますか？

A 調査票は封筒に入れ、封をした状態で提出していただければ、調査員が中を見ることはありませんし、調査員には厳格な守秘義務が課せられていますので調査の内容が漏れることは絶対にありません。また、提出された調査票は、他に漏れないように廃棄を行うため、残ることはありません。

## Q 調査は強制ですか？提出しないと罰金でもあるのですか？

A 統計法という法律に50万円以下の罰金と規定してありますが、法律に基づくものだからといって強制的に調査しても、よい成果が得られるとは限りません。国勢調査は、結果が行政を通じて生活に還元されるきわめて重要な調査ですので、ぜひご理解ご協力をお願いします。

## Q 新型コロナウイルス感染症の対策はどのようなことをしているのですか？

A 国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、原則として、調査書類の配布や調査票の受け取りについては、できる限り皆さまと調査員が対面しないように調査の趣旨などの説明をインターホン越しまたはドア越しに行い、調査書類を郵便受けやドアポストに入れるなど、非接触の方法で行うようにしています。皆さまのご理解ご協力をお願いします。

国勢調査に関するお問い合わせ  
役場総務課 広報広聴係（内線225）

# 総合健診の日程について

4月の新型コロナウイルス感染症に係る緊急事態宣言を踏まえ、5月の「春の総合健診」を「延期」させていただいたことにつきましては、町民の皆さまのご理解とご協力に厚く感謝申し上げます。

3密を避け安心、安全に総合健診を実施するために日程調整を行い、下記の通り決定しました。今年度の住民健診申込書については「有効」ですので、申し込まれている方へは9月中旬頃、日時を指定して個別でご案内します。申し込みをしていなくて、新たに健診を希望される方は保健福祉課までご連絡ください。

## < 町民の皆さんへお願い >

※「秋の総合健診」を申し込まれた方も12月の日程でご案内する場合があります。事前の日程のご要望はお受けできませんので、ご了承ください。

※今後の新型コロナウイルス感染症の動向によっては、10月・12月の総合健診を中止する場合がありますので、その際は再度お知らせします。また、保健師・管理栄養士による個別健康相談は随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

検診の種類	日 程			会場	受付時間
<b>総合健診</b> ・ 特定健診 ・ 胸部レントゲン ・ 胃がん検診 ・ 大腸がん検診 ・ 前立腺がん検診 ・ 肝炎ウイルス検査	10月	19日	月	午前	保健福祉センター  午前：8時～11時 （午前8時～9時30分 午前9時30分～11時※）  午後：1時30分～3時  ※健診受診内容によって、上記時間内で受付時間を割り振らせていただきます。
		20日	火	午前	
		21日	水	午前	
		22日	木	午前	
		23日	金	午前	
	12月	25日	日	午前	
		10日	木	1日  （午前・午後）	
		11日	金		
		14日	月		
		15日	火		
		16日	水		
		17日	木		
		18日	金		
	20日	日	午前		
	21日	月	1日		

12月21日（月）は胃がん検診を実施しません。ご注意ください。

## 胃がん検診を希望される方へ

・胃がん検診は、午前のみ実施します。午後の健診では、受けることができません。

ただし、12月21日（月）は午後も胃がん検診を実施しませんので、ご注意ください。

・胃がん検診を申し込まれた方には、午前の日程でご案内します。

お申し込み・お問い合わせ  
 保健福祉課（町保健福祉センター内）  
 健康推進係・地域保健係 ☎27-6511



# 65～74歳で一定の障がいのある方 後期高齢者医療保険に加入することができます

65～74歳で一定の障がいのある方は、申請をすることによって、現在加入している健康保険から、後期高齢者医療保険に加入することができます。

健康保険を変更することで、保険料・医療費・その他助成制度が変更となる場合があります。

後期高齢者医療保険へ変更する際は、制度内容について、よく確認のうえ、手続きをお願いします。制度の内容は、役場町民課の窓口にてご説明します。

保険料が安くなることもあるの  
ね。でも、助成制度も違うから  
いろいろ聞いてみたいわ！



## ○一定の障がいとは

- ・身体障害者手帳1級から3級、4級で音声機能または言語機能の障がい、下肢障がいの一部
- ・療育手帳A判定
- ・精神障害者保健福祉手帳1級から2級
- ・国民年金法による障害基礎年金を受給している方

## ○制度の内容の一部分について

	後期高齢者医療制度に	
	加入する場合	加入しない場合
被保険者証	現在加入の健康保険資格は喪失（脱退）し、後期高齢者医療の保険証を持つこととなります。	現在お持ちの健康保険証のままです。
医療機関等での窓口本人負担割合	1割（現役並み所得者は3割）	70歳未満：3割 70歳以上：2割（現役並み所得者は3割）
保険料	後期高齢者医療の保険料を新たに負担します。 <u>負担いただく金額は、窓口で説明します。</u>	現在加入している健康保険制度において保険料を負担します。
県 障 自立支援医療	該当者のみ。 <b>重度心身障害者医療費助成制度（県障）</b> （外来4回目まで1回530円、入院1日1200円）、 <b>自立支援医療制度は継続します。</b>	

## ○現在加入中の健康保険に確認してください

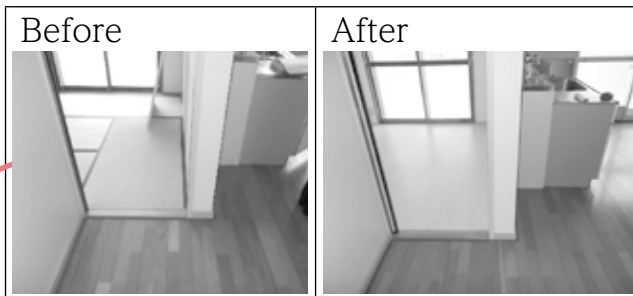
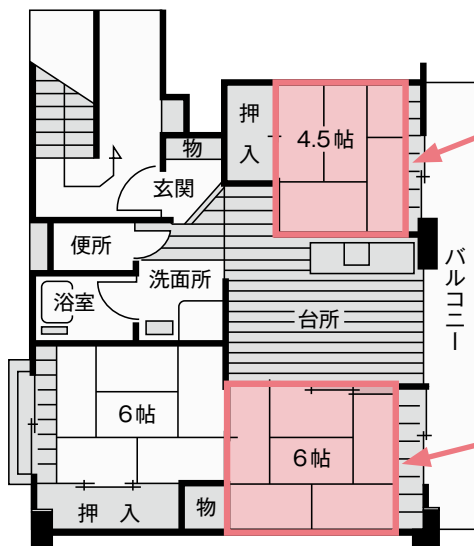
後期高齢者医療保険に加入する場合、現在加入している健康保険から脱退することになるため、加入している健康保険の変更手続きが必要な場合があります。変更の手続きについては、現在加入している健康保険にご確認ください。

お問い合わせ 役場町民課 保険係（内線115）

# 東山団地和室床改修工事 完成

東山団地 1号棟 5住戸 (406号・408号・505号・506号・508号) 2部屋の床が生まれ変わりました。入居を希望される方は、お問い合わせください。

部屋平面図



お問い合わせ 役場ふるさと整備課 都市計画係 (内線 233)

新発田市・秋内市・聖籠町 定住自立型婚活支援事業【毎月一回無料相談会開催中!】

**恋かふえ**  
Koi Cafe

「仕事が忙しくて婚活できない」「出会いがない」「子どもが結婚に興味ないみたい」などの悩みを、専門カウンセラーが話を伺い、アドバイスします。個別相談なので、安心して相談できます。結婚・婚活を考えている方、またはその家族の方も、この機会にぜひご利用ください。

07

## 恋かふえ in 聖籠

「結婚や婚活について、誰もが気軽に相談できるカフェ」をコンセプトに個別相談会を開催します。婚活を考えている方や結婚したい方、ご家族の方もこの機会にぜひご利用ください。

- 日時** 10月4日(日) 午前10時～午後5時
- 会場** 聖籠町町民会館(聖籠町諏訪山1280)
- 定員** 10名(お一人様あたり40分程度)
- 利用料** 無料
- 申込方法** (株)アイリンクスグループ 事務局 HP 申込フォームまたは
- ☎ 025-290-7606 (9:00~18:00) へ電話



同日開催

## 県庁のハートマッチにいがた in 聖籠

県のマッチングシステムを活用して、1対1の出会いをサポートします。登録するとお相手の情報が閲覧できます。

- 日時** 10月4日(日) 午前10時～午後5時
- 会場** 聖籠町町民会館(聖籠町諏訪山1280)
- 利用料** 無料 ※ただし、事前に会員登録が必要です。(登録料:1万円、税込み、2年間有効)
- 申込方法** 「ハートマッチにいがた」のHPから予約が必要です。
- 問合せ先** にいがた出会いサポートセンター ☎ 025-384-4151 (火曜・金曜日は定休)



# 『食品ロス』について知ろう

食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。

## 《食品ロスの主な原因》

直接廃棄	買いすぎ
	長持ちしない保存方法
食べ残し	作りすぎ
	好き嫌い
過剰除去	皮のむきすぎ
	過度な健康志向



通信

9月  
vol.119



**?** 役場町民課  
消費生活センター  
☎ 27-1958 (直通)  
※来所の際は事前にお電話頂けると確実です

日本の食品ロスは毎年約600トンで、世界全体の食糧援助量の約2倍に相当します。家庭からの食品ロスはそのうちの約280トン。4人家族の1世帯は毎年6万円相当の食品を捨てていると見積もられています。

今年もやります

## 消費生活移動相談室

お買い物や契約のトラブル、借金の問題など、消費生活に関するご相談に弁護士がアドバイスします。秘密は守ります。お気軽にご相談ください。相談料は無料、予約制です。

🕒 9月12日(土) 午前9時~正午

📍 聖籠町町民会館 第1会議室

📍 聖籠町消費生活センター

☎ 27-1958



今年新発田市で開催です

## 消費生活サポーター養成講座

生活に役立つ知識を無料で学ぶことができます。修了すると、啓発活動や情報提供を行うサポーターとして県に登録できます。

🕒 全6回 (全日午前10時~午後3時30分)  
10/13(火)、10/20(火)、10/27(火)、  
11/4(水)、11/10(火)、11/17(火)

📍 新発田市ボランティアセンター

**?** NPO法人 新潟県消費者協会

☎ 025-281-5558

申込締切は9月25日(金)です。

聖籠町消費生活センターにも募集要項がありますので、ご希望の方はお申し付けください。

## 7月相談受付状況

件数	主な相談内容
12件	中古車・電力・迷惑メール・サプリメント・ゲームアプリ



# 新潟県交通安全対策連絡協議会 会長から表彰されました

町交通安全指導員の高橋<sup>ときまさ</sup>国蔵さんが「令和2年度新潟県交通安全功労者」として新潟県交通安全対策連絡協議会長（県知事）から表彰されました。これからも町交通安全指導員として交通事故防止にご協力をお願いします。

これから交通事故防止対策に務めます！



高橋 国蔵 さん



今日も一日交通安全

交通安全に関することは

☑役場生活環境課

☎27-2111(内線284)

## 子どもたちの通学の見守り！

6、7月毎週月曜日の小中学生登校時に、新発田地区交通安全協会聖籠支部臼井支部長・町交通安全母の会佐々知会長・町交通安全指導員が街頭指導を行いました。『おはようございます！』『気をつけて行ってらっしゃい！』と声をかけ、子どもたちが横断歩道などを安全に渡れるように指導しました。

また、毎日、子どもたちの見守りをしてくださっている地域の方々もおります。

7月15日（水）には、山倉学区の民生委員の方々と交流館「杜」において、子どもたちを安全に横断させる勉強会を実施しました。ご自身の身も守りながら、町の宝である子どもたちの見守りをこれからもよろしくをお願いします。



街頭指導の様子

おはよう！手をあげて右、左、右を見てね。気をつけて行ってらっしゃい！

◎交通安全指導員から子どもたちが渡る側に立って車が止まってくれたら『横断中』の旗を出して渡らせてください。



山倉学区の民生委員の皆さんと交通安全指導員の勉強会の様子



## 秋の全国交通安全運動

9月21日（月）～9月30日（水）

スローガン『あおらない 優しい気持ちで 走る秋』

【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（新潟県重点）～
- ◇高齢運転者などの安全運転の励行
- ◇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

## 町の交通事故発生状況

区分 年	6月 (うち高齢者数)			1月～6月累計 (うち高齢者数)		
	発生件数	死者数	傷者	発生件数	死者数	傷者
令和2年	3 (2)	1 (1)	3 (1)	16 (7)	2 (1)	18 (2)
令和元年	3 (0)	0	4 (0)	12 (3)	1 (1)	13 (2)
増 減	0 (2)	1 (1)	-1 (1)	4 (4)	1 (0)	5 (0)

# 町の動向

このコーナーでは、役場各課の主な業務、各種委員会の活動などを町民の皆さんにお知らせします。

掲載内容についての、ご意見・ご質問などがありましたら、担当課または総務課広報担当まで電話か町政ポストのハガキでお寄せください。

## 総合政策課

7月20日（月）

第1回聖籠町補助金等

評価調査委員会開催



▲町長（右）から諮問を受ける  
宍戸委員長（左）

適正かつ効果的に交付されることを目的に、調査、基本的なあり方の検討および評価を実施します。

委員長には、新潟大学副学長の宍戸邦久氏が選任され、補助金などの見直しについて西脇町長から諮問書が手渡されました。今後、令和3年8月の答申を目的に審議されます。

第1回目の会議では、主に次の議題について審議されました。

- ・委員長および副委員長選出
- ・会議の公開について
- ・今後のスケジュールについて

聖籠町補助金等評価調査委員会は、町が交付する補助金等が

委員会は、原則、公開により行われます。傍聴を希望される方は、町ホームページにより日程などをお知らせしますのでご確認ください。

善意のご寄附

ありがとうございました



▲副会長河口等様（左）、副会長星野浩優様（中央）から目録を受けとる近藤教育長（右）

7月17日（金）、新発田ガスグループ共済会より、フェイスシールドの寄附をいただきました。新型コロナウイルスによる感染拡大防止に向け、教育施設で有効に使わせていただきます。ありがとうございました。

## 町民課

7月30日（木）

令和2年度第1回聖籠町

介護保険運営協議会開催

協議会では、次の事項について報告があり、委員は活発な意見交換を行いました。

第7期介護保険事業計画の進捗状況について

第8期介護保険事業計画策定に向けた各種アンケート調査結果について

第8期介護保険事業計画策定に向けた方向性の説明について

令和元年度地域密着型サービスの実績について

令和元年度聖籠町地域包括支援センターの実績について

## 子ども教育課

7月22日（水）

第7回聖籠町教育委員会

定例会開催

令和3年度使用中学校教科用図書採択について

聖籠中学校通学バス運行検討委員会設置要綱について

令和2年度聖籠町育英資金の返還猶予について

以上3項目について審議されました。

## 農業委員会

7月27日（月）

農業委員会第24期

第17回総会開催

農地法第5条の規定による許可申請について・・・2件

農用地利用集積計画による（利用権設定）申出審査について・・・4件

以上2項目が審議され、議決・承認されました。

なお、総会の議事録は農業委員会事務局および町ホームページで閲覧できます。

## 休診のお知らせ

9月11日（金）午後

「地域外来・検査センター」へ出務のため休診とさせていただきます。

よろしくお祈りいたします。



診療所長

# 令和3年度 こども園（幼稚園）新入園児募集

令和3年度にこども園（幼稚園）に入園を希望される幼児の保護者は、期日までにお申し込みください。



## 【幼稚園】

蓮野こども園・蓮潟こども園・亀代こども園

### ●受付期間

9月1日(火)～9月30日(水) (土日、祝日除く)

### ●受付時間 (受付場所は各こども園です)

午前8時30分～午後5時05分

### ●入園資格

- ・入園日時点で幼児、保護者とも聖籠町に在住（住民登録）していること
  - ・3歳児から小学校就学前の幼児※（ただし、在園児を除く）
- ※平成27年4月2日～平成30年4月1日までに生まれた幼児

### ●手続き方法

受付期間内にこども園に願書を取りに行き、必要事項を記入のうえ、幼児が在住する（在住予定の）小学校区のこども園に提出してください。

※すでに町内の保育園を利用している方も申込が必要です。

※今回の入園申し込みによる入園承諾期間は令和4年3月31日（令和3年度末）までとなります。保育システムの見直しにより、町立こども園の統廃合及び私立認定こども園が開設される予定となりますので、令和4年度以降の各施設の新入園児募集は全園児（0歳児～5歳児）を対象に令和3年度中に行います。

### ●お問い合わせ

蓮野こども園 27-8533  
蓮潟こども園 27-5015  
亀代こども園 27-8361

子ども教育課 学校支援係 (内線 305)

<p>町長の動向 (主なものを抜粋)</p>	<p>9月</p>	<p>8日 9月議会定例会(予定)</p>
<p>※新型コロナウイルス感染症対策に伴い、中止または延期される場合があります。</p>		

## INFORMATION

# おしらせ

### お問い合わせ先

聖籠町役場	☎27-2111
町民会館	☎27-2121
図書館	☎27-6166
町保健福祉センター	
保健福祉課	☎27-6511
長寿支援課	☎20-7433
上下水道課 (上水道管理棟)	☎27-5141
診療所	☎27-1234

## INFORMATION

## 9月の行事

### 《相談事業》

ところ 結いハート聖籠

#### ◆心配ごと相談

16日(水)午後1時～4時

#### ◆無料弁護士相談

24日(木)午後1時～4時

☑聖籠町社会福祉協議会

☎28-7110

### 《保健福祉事業》

ところ 町保健福祉センター

#### ◆乳幼児健康診査

○2歳親子歯科健診

14日(月)午後1時10分～

○2歳6か月児歯科健診

15日(火)午後1時10分～

○3歳児健診

24日(木)午後1時～

○乳児健診

25日(金)午後1時～

#### ◆学級

○育児学級

8日(火)午後1時15分～

☑保健福祉課

(町保健福祉センター内)

☎27-6511

※急きよ、中止または延期する場合は、その都度対象者へご連絡します。



# 7月の届出

## げんきなよい子

### 出生

赤ちゃん	保護者	行政区
央ちゃん	(長谷川 雄)	杉谷内
怜ちゃん	(長谷川 雄)	杉谷内
杏希ちゃん	(杉原 賢二)	亀塚
瑠夏ちゃん	(田中 優太)	四ツ屋
嶺桜ちゃん	(佐藤 慎也)	汐美台
僚真ちゃん	(引野 拓也)	蓮 湯
詩乃ちゃん	(鈴木 正人)	山大夫
昂ちゃん	(斉藤 卓)	網代浜

## 幸せ多い人生を

### 婚姻

#### 新郎・新婦

新郎・新婦	行政区
小林 祐介さん	網代浜
(小幡) 七菜子さん	
渋谷 太喜さん	山諏訪山
(斉藤) 未森さん	
加藤 篤輝さん	蓮 野
(武田) 愛実さん	
萩原 拓実さん	苔 沼
(遠藤) 彩夏さん	

## ごめいふくをお祈りします

### 死亡

氏名	年齢	行政区
浅野 榮子さん	(79歳)	山諏訪山
吉田 辰夫さん	(66歳)	山諏訪山
小柳 健二さん	(82歳)	二本松
斉藤 マサさん	(87歳)	杉谷内
武田 修司さん	(91歳)	杉谷内
横山 テイさん	(73歳)	藤 寄
渡辺 ハナエさん	(80歳)	甚兵衛橋
遠藤 文雄さん	(82歳)	蓮 湯
高橋 平次郎さん	(103歳)	蓮 湯
長谷川 貞子さん	(86歳)	蓮 湯

(注1)町役場へ届出を提出された方で届出の際にご承諾の押印をいただいた方のみ掲載しております。

(注2)略した文字で掲載しております。戸籍の氏名と異なることがあります。ご了承ください。

# ご利用ください

## ～役場休日・夜間窓口～

通常の時間内に来庁が困難な方は、ぜひご利用ください。

### ○9月の休日役場窓口（1階 町民課・税務課）

☑9月12日（土）午前9時～正午まで

### ○9月の夜間窓口（1階 町民課）

☑9月23日（水）午後8時まで窓口業務を延長します。

受け付けできる業務について、詳しくは担当窓口までお問い合わせください。

☑役場町民課（内線112）、税務課（内線143）

## 入札結果

入札日 7月2日～7月21日

件名	場所	契約額(円)	業者名	納入完了日又は工事(委託)期間最終日	入札方法
1 眼底カメラ等一式購入	聖籠町国民健康保険診療所	1,351,020	(株)マルタケ	8月6日	指名競争入札
2 亀塚防風堤松剪定業務委託	聖籠町大字亀塚地内	1,650,000	北越緑化(株) 聖籠営業所	8月21日	指名競争入札
3 蓮野小学校放送設備更新工事	聖籠町立蓮野小学校	1,320,000	(株)北聖	8月31日	指名競争入札
4 亀代小学校展望台屋根防水等改修工事	聖籠町立亀代小学校	1,947,000	(株)諏訪建設	8月24日	不落随意契約
5 学校給食調理場下処理室根菜用シンク増設工事	聖籠町学校給食調理場	1,650,000	新潟調理機器(株)	8月21日	指名競争入札
6 亀代小学校トイレ改修工事	聖籠町立亀代小学校	64,350,000	曾根建(株)	10月10日	制限付一般競争入札
7 山倉小学校特別教室エアコン設置工事	聖籠町立山倉小学校	4,180,000	(株)市川電業	8月16日	指名競争入札
8 蓮野小学校特別教室エアコン設置工事	聖籠町立蓮野小学校	6,490,000	(株)坂井電設	8月16日	指名競争入札
9 亀代小学校特別教室エアコン設置工事	聖籠町立亀代小学校	4,686,000	(株)小林電気	8月16日	指名競争入札
10 亀代こども園ボイラー更新工事	聖籠町立亀代こども園	6,655,000	研冷工業(株) 聖籠営業所	9月30日	指名競争入札(総合評価方式)
11 山倉小学校トイレ改修工事	聖籠町立山倉小学校	44,000,000	(株)岩村組 聖籠支店	10月24日	制限付一般競争入札
12 蓮野小学校トイレ改修工事	聖籠町立蓮野小学校	47,630,000	(株)諏訪建設	10月24日	制限付一般競争入札
13 蓮野処理区分区公共樹設置工事	聖籠町大字三賀地内	5,478,000	(株)カトウ工業	10月14日	指名競争入札
14 配水ポンプ用タコジェネ用カーボンブラシ交換修繕	聖籠町大字蓮野地内	1,980,000	北栄建設(株) 新潟支店	9月10日	指名競争入札

# 敬老記念品についてのお知らせ

広報せいろう6月お知らせ号にも掲載のとおり、今年度の敬老会は中止とさせていただきますが、例年お配りしていた敬老記念品については、以下の対応となります。

内 容	今年度対応
祝葉子・ざぶ〜ん優待券	中止とします。
敬老会名簿・記念タオル	9月中旬ごろをめやすに郵送します。 なお、名簿は1世帯に1冊とします。
80歳(傘寿)・88歳(米寿)記念品	9月中旬ごろをめやすに、老人クラブ会長などを通じてお届けします。
100歳(百寿)記念品	個別にお届けします。

お問い合わせ 長寿支援課(町保健福祉センター内) 高齢福祉係 ☎20-7433

## 認知症サポーター養成講座を開催します

「認知症サポーター」とは認知症について正しく理解し、認知症本人および家族の方を地域で温かく見守る応援者です。この機会に認知症について学んでみませんか。

今年は町図書館と聖籠町地域包括支援センターで共同開催します。

🕒9月30日(水) 午後2時～3時30分

(開場 午後1時30分～)

📍町立図書館 会議室

📋認知症の病気の理解、認知症の方への接し方

【人数および申込方法】

12名まで 電話または図書館カウンターへ直接お申し込みください。

【受付開始】

9月1日より受付開始します。

なお、コロナウイルス感染症拡大防止のため、参加される方にはマスクの着用および来場時には検温をお願いしています。体調不良・発熱などの症状がある場合は参加の自粛をお願いします。

※講座修了後にサポーターの証である「オレンジリング」を配布します。



参加者の感想

「認知症の人の思いや接し方を知ることができ良かった」

「相談方法を知ることができた」「自分自身が健康でいられるよう気をつけたい」



お申し込み・お問い合わせ 聖籠町立図書館 ☎27-6166

# 認知症の人を介護する家族のつどいを開催します

認知症の人を介護する家族同士が集まり、日頃の介護についての出来事や悩みなどを話し合っています。参加費無料です。

☑町保健福祉センター 研修室を予定（参加人数によって変更になる場合あり）

☑午前10時30分～正午

**【来年3月までの開催日程】**

令和2年9月14日（月）、10月12日（月）、11月9日（月）、12月14日（月）

令和3年1月18日（月）、2月8日（月）、3月8日（月）

☑参加を希望される方は、各開催日の3日前（金曜日）までに聖籠町地域包括支援センターまでご連絡ください。

**【ご参加にあたってのお願い】**

- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、参加の方にはマスクの着用をお願いします。
- ・来場時にアルコールでの手指消毒をお願いしています。
- ・体調不良、発熱などの風邪症状がある場合についてはご参加をお控えください。
- ・飲み物の提供は行っていませんので、各自でご持参ください。
- ・感染症拡大状況、天候などによってやむを得ず中止と判断した場合、連絡させていただきますので申し込みの際は氏名、連絡先をお伝えください。

## イライラと上手な付き合い方ができる ～介護のアンガーマネジメント講演会～

つい言いすぎてしまって「後悔」したことはありませんか？介護で後悔しないために“怒り”について学んでみませんか？

☑10月3日（土）午後1時30分～3時30分

☑聖籠町町民会館 小ホール

**【講師】** 一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会  
アンガーマネジメントコンサルタント 波多野 儀弘 氏

☑聖籠町民を介護している方、見守りしている方

**【定員】** 30名（申し込み順）

**【申込期間】** 9月7日（月）から9月18日（金）まで

**【持ち物】** 筆記用具を持参してください。

**【ご参加にあたってのお願い】**

- ※新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用をお願いします。
- ※体調不良、発熱などの風邪症状がある場合については、参加をお控えください。
- ※新型コロナウイルス感染状況、天候などによりやむを得ず中止と判断した場合、連絡させていただきますので、申し込みの際は氏名、連絡先をお伝えください。



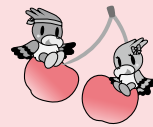
アンガーマネジメントとは・・・

怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニングです。

怒りの「衝動」、「思考」、「行動」を理解し、自分の気持ちをコントロールする力を身につけることをいいます。

**家族のつどい・アンガーマネジメント講演会に関するお問い合わせ**  
**聖籠町地域包括支援センター（町保健福祉センター内） ☎27-6521**





# 男女共同参画通信 vol.23

**「知っていますか？DVのこと。一人で悩まず、助けを求めましょう」**

新型コロナウイルスに伴う生活不安やストレスにより、配偶者などからの暴力（DV）の増加や深刻化が懸念されています。

DV（ドメスティック・バイオレンス）とは、配偶者や恋人など親密な関係にある者またはあった者から振るわれる暴力のことで、男性から女性に対する暴力だけでなく、男性が被害者となる場合もあります。

殴る・蹴るなどの体を傷つけることだけでなく、強い束縛で恐怖心を与えたり、心を傷つけたりすることなども暴力にあたります。

例えば・・・

- バカにする、無視する、大声で怒鳴る
- 友人や親戚との付き合いを制限する
- 電話やメールの履歴を勝手にチェックする
- 殴る、蹴る、物を投げつける
- 性的な行為を強要される
- 生活費を渡さない、金銭的自由を与えない

配偶者などからの暴力（DV）で不安を感じたら、一人で悩まず、相談窓口にご相談ください。また、周りで被害に困っている方いる場合には、ぜひこの情報を共有していただき、一人でも多くの方が相談・支援につながるようご協力をお願いします。

## 【女性の人權・男女共同参画に関連する主な相談窓口】

主な相談内容	窓 口
・配偶者からの暴力	DV相談ナビ+（プラス） ☎0120-279-889 SNS相談、メール相談対応可
・男女共同参画、人間関係 ・体と心の健康や生き方	新潟県男女平等推進相談室 ☎025-285-6605
・夫等からの暴力（DV） ・虐待や売春強要 ・女性の保護や福祉に関する問題	新潟県女性福祉相談所 ☎025-381-1111
・性犯罪被害などの悩み ・程度に関わらず相談を	新潟県警本部 女性被害110番 ☎025-281-7890

☎**役場総務課 総務管理係（内線 225）**

## 「楽しく学ぼう親子手話講座」参加者募集

親子手話講座が聖籠町で開催されます。

挨拶、自己紹介、レクリエーションなどを通して親子で手話を学んでみませんか？

📅9月26日（土）  
午後1時～3時

📍聖籠町民会館 小ホール  
👥小学生（保護者同伴）

👤定員 10組20名

📝【申込方法】保護者氏名（ふりがな）、学名、児童氏名（ふりがな）、学年および連絡先（FAX番号、メールアドレス）を明記のうえFAXもしくはメールによりお申し込みください。

📅【申込締切】9月18日（金）

## ☎・📧（一社）新潟県聴覚障害者協会

FAX 025・381・4699

Eメール niggata-roukyou

@helen.ocn.ne.jp

## 屋外広告物について

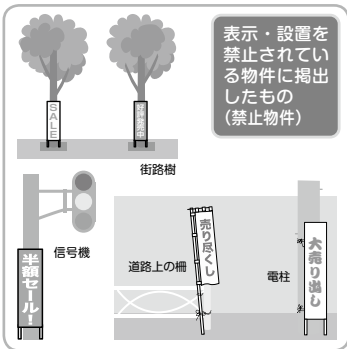
はり紙、広告板、ネオン・サインなどの屋外広告物は街に

ざわいや活気をもたらす反面、無秩序に氾濫すると、街並みや自然の美しさを損ねてしまい、また、その管理がおろそかになると、広告物の落下事故など人々に危害を及ぼすおそれもあります。

そこで、新潟県では新潟県屋外広告物条例を定めて、良好な

景観形成や公衆に対する危害防止を目的として、屋外広告物について必要なルールを定めています。

屋外広告物を幹線道路沿いや市街地などに設置する場合、大半は許可手続が必要です。また、設置場所や広告物の種類に応じ、位置や面積などの制限があります。



※ 屋外広告物とは野立広告

塔、野立広告板、屋上広告、

壁面広告、電柱広告、アドバ

ン、立看板、はり紙・はり

り札です。（営利目的でない

ものも含まれます）

📍**新潟県新発田地域振興局**

地域整備部庶務課行政係

☎0254・26・9196

## 適職を探そう！

## 一般職業適性検査を実施します

「自分に合う仕事ってなんだろう？」「自分の得意、不得意ってなんだろう？」

「職種選択にお悩みの方を対象に、職業適性の検査を行います。筆記検査によ

り7種の能力の測定を行います。後日、個別に結果のフイー

ドバックも行っています。

📅15～49歳で就業していない方（要申込）定員5名

📅9月17日（木）

🕒午後2時～午後4時

📍聖籠町立図書館 会議室

適性検査以外にも15～49歳で就業していない方を対象に、就職についての個別相談を行います。詳しくはお問い合わせ下さい。

☎・📧**下地域若者サポートステーション**

☎0254・28・8735

🕒電話受付時間 平日午前10時～午後5時まで（第2金曜日

は休館日）

**新発田地域広域消防本部「火災予防啓発の連携に関する協定」締結**



新発田消防本部では、住宅からの出火防止と住宅火災による死傷者や被害のさらなる軽減を目的に、新発田ガス株式会社と「火災予防啓発の連携に関する協定」を締結しました。

この協定は、新発田ガス株式会社が行うガス機器点検、修理などの際に、住宅用火災警報器の普及促進や維持管理状況の確認を行っていただいたり、制作した資料を活用し火災予防の広報を実施するというものです。

住宅用火災警報器は、まさかの火災の早期発見、早期避難につながるもので、皆さんの暮らしを見守る重要なお守りです。専門事業者による警報器の設

置・点検・交換などにおけるサポートで、より一層安全・安心な暮らしにつなげていきます。

置・点検・交換などにおけるサポートで、より一層安全・安心な暮らしにつなげていきます。

☎0254・22・8096

**弁護士による法の日全市町村一斉無料相談会（聖籠会場）**

新潟県弁護士会では、10月1日の「法の日」に県内全市町村一斉に弁護士による無料法律相談会を開催します。相続、成年後見、離婚、借金、空き家その他不動産関係など法律問題についてご相談ください。相談は無料で秘密は守られます。

☑10月1日（木）

午後1時30分～午後4時

☑聖籠町民会館

多目的ホール

【料金】 無料

【定員】 5名（1人30分）

【申込】 9月10日（木）午前9時受付開始。事前のご予約が必要

【電話】 電話でお申し込みください。

☎0254・26・5619

☎025・222・5533  
（受付時間 午前9時～午後5時）

**令和2年度自衛官募集**

防衛省では、次により自衛官を募集しています。

※募集種目／資格／受付期間／試験期日

①防衛大学校学生（推薦）／18歳以上21歳未満の者高卒者（見込含）または高専3年次終了（見込含）で成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人／9月5日～9月11日／9月26・27日

②防衛大学校学生（総合選抜）／18歳以上21歳未満の人高卒者（見込含）または高専3年次終了（見込含）／9月5日～9月11日／1次9月26日

③自衛官候補生／18歳以上33歳未満の人／9月21日～11月9日／11月15日

☎0254・26・5619

**聖籠町の皆様をアルビレックス新潟の試合に無料ご招待**

- 対象試合 ①9月26日（土）または27日（日）キックオフ時間未定 ヴァンフォーレ甲府戦  
②10月3日（土）または4日（日）キックオフ時間未定 FC町田ゼルビア戦  
（※日程は8月に発表されます）  
9/26or27 甲府戦 10/3or4 町田戦
- 会場 デンカビッグスワンスタジアム
- 席種 W1サイド自由席  
（※状況により席種が変更になる場合があります）



**応募方法・締切**

- (1)パソコン・スマホからお申し込み／応募期限 ①9月25日（金）②10月2日（金）  
二次元コードから申込サイトへアクセスし、必要事項をご入力ください。
- (2)往復ハガキの場合／応募期限 ①9月16日（水）②9月23日（水）必着往復ハガキの往信裏面に [1]住所 [2]お名前 [3]生年月日 [4]電話番号 [5]メールアドレス（お持ちの方） [6]観戦希望試合とチケットの希望枚数（2枚まで）を記載し、返信用表面に返信先（ご自分）の住所・氏名をご記入の上、ご郵送ください。  
（※宛先 〒950-0954 新潟市中央区美咲町2-1-10 アルビレックス新潟後援会「試合観戦ご招待」係）  
※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、内容が変更となる場合がありますのであらかじめご了承ください。

☎025-282-0011

**【はがき記入例】**

表	裏
9/26or27 甲府 ・ 10/3or4 町田	〒957-△△△△ 北蒲原郡聖籠町○○ ○-○-○ [2]後援 花子 [3]〇年〇月〇日生まれ [4]0254-〇〇-△△△△ [5]メールアドレス（お持ちの方） [6]9/26or27 甲府戦・10/3or4 町田戦 希望枚数（2枚まで）

写真提供／  
（株）アルビレックス新潟





## アルビレックス 新潟情報!!



### トップチーム 「がんばれ!!をカタチに!!」 アルビレックス新潟を元気づけ ようプロジェクト



ホームタウンである聖籠町が企画・実施した「「がんばれ!!をカタチに!!」アルビレックス新潟を元気づけようプロジェクト」。新型コロナウイルスの影響下でサポーターの皆様の声が届きにくい状況にある選手たちに元気を届けようと、寄付を募り、オンラインカフェや選手寮での食料費の補助金としていただけるものです。

7月22日(水)、聖籠町役場を会場に行われた「補助金交付決定書交付式」では、聖籠町で活動する3つのスポーツ団体を



代表して、アルビレックス新潟レディース山本英明代表取締役社長、JAPANサッカーカレッジ中村勉学校長、アルビレックス新潟からは代表取締役社長是永大輔が出席しました。西脇道夫聖籠町長からは、各団体による聖籠町での地域貢献活動へのお礼の言葉をいただくと同時に、「日ごろの恩返しで皆さんを応援したくて、今回の企画を立ち上げました。おいしいものをたくさん食べて、いいプレーといい試合を通じて感動を届けてください。閉塞感を払拭し、元気を与えてほしい」と激励の言葉を頂戴しました。是永社長は、「皆さんが苦しい想いをされています。アルビ

レックス新潟としては、『明日も仕事をがんばろう』『辛いことがあるけどがんばろう』と思えるようなプレーや結果をお見せして、恩返ししていきたいと思えます。選手たちは身体が資本ですので、いただいた支援金は選手たちの食費の補助金として使わせていただき、聖籠町のおいしいものをたくさん食べて身体をつくって、Jリーグの戦いに備えたいと思います」と今回の企画への感謝をお伝えさせていただきました。

過密日程となるリーグ戦、そして暑い夏をひとつのカタマリになって戦い抜くため、疲労回復や身体づくりのためには、日々の食事は大きなポイントとなります。今回のプロジェクトを通じて、69万2345円の寄付をいただきました。ご支援をいただいた皆様、今回のプロジェクトを企画・実施いただいた聖籠町の皆様、誠にありがとうございました。選手たちに届けていただいた元気は、試合を通じて、そしてクラブのさまざまな活動を通じて、「新潟に勇気を与えることでお返ししてみたいです。」

### レディース ホーム開幕戦



アルビレックス新潟レディースは7月25日(土)、待ちに待ったホーム開幕戦、なでしこリーグ第2節浦和レッズダイヤモンズレディース戦を迎えました。試合開始とともに流れをつかんだ新潟は、新加入の児野楓香選手の初ゴール、千野七海選手の追加点で2点を先制しましたが、浦和Lのセットプレーやセンターフォワード菅沢選手を中心とする攻撃陣に3失点を許してしまい、逆転負けを喫する結果となりました。奥山監督からは「いい時間、理想の形でのプレーや得点はできています。その時間をどれだけ長く保つこと



9月の試合予定

※ホームゲームのみ掲載

〈明治安田生命J2リーグ〉

ができるのが次節以降のいい試合につながる」とコメントし、悔しい敗戦であるが前向きに次節に向けて気持ちを入れ替えていました。

そして、8月1日(土)、有

観客試合での試合を行いました。

感染対策のため、入り口での検

温、手指消毒、間隔を空けての

座席配置を実施し、来場者を出

迎えました。553名の方がご

来場いただき、選手たちへの後

押しをいただきましたが、0

1で惜敗。引き続き安心安全な

会場づくりに取り組んでいき

たいと思います。

9月6日(日)はデンカビッ

グスワンスタジアムにINAC

神戸レオネッサを迎えるのホー

ムゲームが開催されます。I神

戸より加入したDF三浦紗津紀

選手は強い対人プレーが持ち味

のあり、第1節、第2節とスタ

メンで守備に大きく貢献してい

ます。I神戸戦は古巣との対戦

でもあり、体を張ったDFから

チームを勝利に導いてくれるは

ずです。引き続き、皆様の応援

をよろしく願います!

第16節 9月2日(水)  
vs V・ファーレン長崎

午後7時キックオフ

第17節 9月5日(土)

vs ジュビロ磐田

午後6時キックオフ

第20節 9月19日(土)

vs 徳島ヴォルティス

午後2時キックオフ

第22節 9月26日(土)

vs ヴァンフォーレ甲府

午後2時キックオフ

※会場はすべてデンカビッグス

ワンスタジアム

〈Jリーグ〉

第8節 9月6日(日)

vs INAC神戸レオネッサ

午後6時キックオフ

デンカビッグスワンスタジアム

第11節 9月20日(日)

vs マイナビベガルタ仙台レ

ディース

午後4時キックオフ

新潟市陸上競技場

第12節 9月27日(日)

vs 愛媛FCレディース

正午キックオフ

十日町市当間多目的グラウン

ドクロアチアピッチ



JAPANサッカーカレッジのお知らせ



【週末体験クラブ】

JAPANサッカーカレッジでは、実習が本格的に始まりま

した。

7月11日(土)に蓮野地区多

目的屋内運動場で行われた「週

末体験クラブ」に、サッカービ

ジネス科の学生6名が参加しま

した。現在、感染予防の観点か

ら、小学校ではソーシャルデイ

スタンスの徹底を指導しており

ましたが、感染症対策を十分に

とった上で、今回参加は18名の

子どもたちが参加しました。

シュートやドリブルなどの動

きを行った後には全員でゲーム

を行いました。久しぶりの子ど

もたちの笑顔にとても元気を貰

いました。今後もJAPAN

サッカーカレッジでは地域貢献

活動を積極的に行っていきます。

【北信越フットボールリーグ】

9月の北信越フットボール

リーグは最終戦まで怒涛の4連

戦となります。

9月6日(日)は「新潟ダー

ビー」と題して新潟医療福祉大

学と新潟経営大学との三校対抗

戦を行います。当日は各校の代

表選手が様々なお題に挑み対決

をしていきます。

9月13日(日)はご協賛頂い

た企業のお仕事を実際に体験出

来るブースを出展します。プー

スは鋭意企画中です。

9月20日(日)は聖籠町フア

ミリーデーです。フットサル大

会や健康教室などの企画を行

います。各試合のイベントの詳細

は決定次第各種SNSにて掲載

します。

【試合情報】

※会場はいずれもJSCグラウンド

●北信越フットボールリーグ2

部 第11節

9月6日(日)11時キックオフ

CUPS聖籠 vs '09経大FC

●北信越フットボールリーグ1

部 第11節

9月6日(日)14時キックオフ

JAPANサッカーカレッジ

vs 新潟医療福祉大学FC

●北信越フットボールリーグ2

部 第12節

9月13日(日)11時キックオフ

CUPS聖籠 vs アンテロー

プ塩尻

●北信越フットボールリーグ1

部 第12節

9月13日(日)14時キックオフ

JAPANサッカーカレッジ

vs アルティスタ浅間

●北信越フットボールリーグ2

部 第13節

9月20日(日)14時キックオフ

CUPS聖籠 vs FC・マツ

セロナ

●北信越フットボールリーグ2

部 第14節

9月27日(日)10時半キックオフ

CUPS聖籠 vs 北陸大学

フューチャーズ

●北信越フットボールリーグ1

部 第14節

9月27日(日)13時半キックオフ

JAPANサッカーカレッジ

vs 富山新庄クラブ



JAPANサッカーカレッジチーム紹介サイト 検索



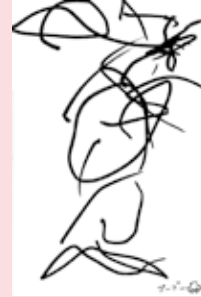
桜井知花さん 10歳



K.Uさん 10歳



のんちゃんさん 6歳



えんぴーさん 1歳



投稿するときはペンで書いてください。(薄いものは掲載できません)

住所と名前は必ず書いてください。(ペンネーム希望の場合は名前の横にペンネーム『○○』と書いてください) 1か月に一人1枚だけ受け付けます。

## ミラクル 食は味楽来

### 今こそ見直すとき！ 予防は習慣から

今月は健康づくり月間です。健康でありたい！皆さんの一番の願いだと思います。でも、体に良いと思っ  
て行っている習慣が実は血糖値を上げていた！コレステロール値を上げていた！など体に悪影響だとしたら  
…。そんな残念なことはありません。

今回は栄養指導でみかけた「裏目に出てしまった」習慣をご紹介します。



野菜不足だから  
野菜が取れる？  
ジュースを…

最近、血糖値が高  
くなってきて…  
どうしてかしら？

高カカオチョコレートは  
「おやつ」ですね。



昼食の時に  
健康のため、  
免疫力アップ  
のために…。



最近流行って  
いる高カカオの  
チョコレート  
始めたの。

砂糖が含まれている乳飲  
料ですので、「おやつ」に  
含めましょう。

「毎日の習慣」お薬のように  
忘れず食べているよ。  
**おやつは別！これはおやつ  
に入れていないの。**

野菜ジュースは野菜の  
代わりにはなりません。  
野菜を食べましょう。  
また、**砂糖不使用と  
明記されていますが、  
糖質は多く含んでいま  
すので摂りすぎには注  
意が必要です。**

聖籠町在住 60代  
女性Aさん

#### 栄養成分表示は参考にされますか？

炭水化物は糖質と食物繊維を合せた総称名です。清涼飲料  
水などの飲料に含まれる**糖分**（砂糖や甘味料）の量を知りた  
い時は、「炭水化物」「糖質」と表記しているところを確認し  
てみましょう。

注意が必要なのは100ml 当たりなどの単位で表示  
されていますので、摂取した量で計算する必要があります。

例えば 500ml の場合  $8.8 \times 5 = 44.0g$  です。  
また、塩分量や脂質も合せて確認してみましょう。

栄養成分表示 (100ml 当たり)

エネルギー	48kcal
たんぱく質	1.8g
脂質	1.5g
炭水化物	8.8g
塩分相当量	0.1g

ここを  
チェック

お問い合わせ 保健福祉課 (保健福祉センター) 管理栄養士 ☎ 27-6511



曾我 はな ちゃん



宮沢 めいな ちゃん



渋谷 ふみか ちゃん



笹川 こう生 ちゃん



小林 れい ちゃん



勝山 あき ちゃん



小野 りせ ちゃん



本間 としむね ちゃん



高松 きせ ちゃん



菊池 ふうか ちゃん



高松 りょうた ちゃん



鈴木 こうだい ちゃん



吉川 くれは ちゃん



石沢 てつと ちゃん

7月の乳児健診から  
町の宝で〜す

元気に育ってね!  
この写真は保健福祉センターで行われている乳児健診会場で主に4か月健診対象乳児を撮影しています。

## サッカー団体へ「がんばれ!」の気持ちを届けました

町では、新型コロナウイルス感染症の影響により苦境に立たされている町内に拠点を置くサッカー団体を応援するため、クラウドファンディングにより資金を募りました。

このクラウドファンディングは6月25日から7月31日まで行われ、多くの皆さんから寄附をいただきました（各団体への寄附金額は下記のとおり）。皆さんからいただいた寄附は、全額各団体へ補助金としてお渡しし、「スポーツは体が資本!」ということで学生や選手などの食糧費に充ててもらいます。

団体名	寄付金額（確定額）
JAPANサッカーカレッジ	22万5000円
アルビレックス新潟	69万2345円
アルビレックス新潟レディース	41万2000円

また、7月22日（水）には、役場にて補助金の交付式を開催し、町長から3団体へ補助金交付決定通知書を手渡しました。

皆さんからの「がんばれ!」の気持ちは学生や選手の皆さんに必ず届きます。たくさんの応援をありがとうございました。



▲交付式の様子。右から、アルビレックス新潟レディース山本社長、JAPANサッカーカレッジ中村学校長、西脇町長、アルビレックス新潟は永社長。

お問い合わせ 役場総務課 総務管理係（内線222・224）



# 運動施設を利用する皆様へ ～新潟の新しい生活様式（運動施設編）～



運動施設を利用する場合は、「新しい生活様式」を踏まえ、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を行いながら利用しましょう。

運動の時は水分補給をしっかりと！



## 1 毎朝の体温測定、健康チェック、手洗いは忘れず！



- ◆熱がある、風邪の症状があるときは施設の利用を自粛する
- ◆施設に入る前にまずは手指消毒用アルコールで消毒、トレーニング前後は石けんでしっかり手洗い

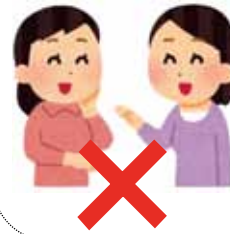


## 2 必ずマスクを着用



- ◆体質等やむを得ない場合を除き、必ずマスク等を着用
- ◆着用するマスクに合わせた運動強度で。事故に注意！

## 3 会話は極力控える



- ◆更衣室やプールサイド等、マスク等の着用ができないエリアでの会話は特に控える

## 4 人との距離は2m



- ◆人との距離は最低2m四方（前後左右に利用者が両手を広げてぶつからない程度）



## 5 トレーニング後はマシン等の消毒



- ◆トレーニング後、場所を移動する前に、施設備え付けの消毒用アルコール等で、ふき取りを行う
- ◆汗が飛び散った場合には、床もよく消毒！

グリップやタッチパネルも忘れずに！

## 6 高齢者・持病がある方は特に体調に注意



- ◆高齢の方は運動前の体調チェックと予防対策に特に注意
- ◆糖尿病、心臓疾患、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、人工透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方は、自身の安全のため、施設利用に注意

※聖籠町の運動施設をご利用の際は、熱中症予防の観点から人と十分な距離が確保できる場合、マスクをはずしてかまいません。（受付時・着替え時などのスポーツを行っていないときや会話の際にはマスクを着用してください。）