

雪に備える週間

都市整備課 ☎内線 253

快適な冬は、一人ひとりの協力から。冬を迎えるにあたってルールやマナーについてみんなで話し合い、協力して雪対策を進めましょう。
期間 12月1日(日)～7日(日)

下水道排水設備工事責任技術者試験

上下水道課 ☎64・6029

とき 平成27年2月6日(金) 14時～16時
ところ 福井県自治会館(福井市西開発4丁目)
受験料 5,000円
申し込み 12月1日(日)～19日(金)に 上下水道課窓口へ

※希望者を対象に、講習会(有料)があります(平成27年1月16日(金)、福井県自治会館にて)
※国家試験の合格者などに対する試験の免除制度があります。ただし、講習会を受講することが条件となります
※平成27年度は試験を実施しません(2年に1回)

若狭の若手士業なんでも無料相談会

Wakasa Legal Partners

とき 12月14日(日) 13時～16時
ところ アンティークカフェあさ(酒井)
内容 相続、離婚、お金、会社、許認可、年金、税金などの相談に応じます(要予約)
申込先 WLP事務局(司法書士田中政哉事務所) ☎56・5533(平日9時～17時)
※Wakasa Legal Partnersは、小浜の若手士業者(弁護士・司法書士・行政書士・社労士)のチームです

冬のエコ生活

環境衛生課 ☎64・6016

エコ生活を心がけて、地球温暖化の進行を防止しましょう。家庭で続けられる冬の節電を紹介します。
エアコン 重ね着などをして室温20℃を心がける
照明 不要な照明をできるだけ消す
テレビ 画面の輝度を下げる
必要なとき以外は消す
冷蔵庫 設定を弱にする
扉の開閉時間を減らす
炊飯器 タイマー機能で早朝に1日分まとめて炊く
温水洗浄便座 便座保温、温水の設定温度を下げる
不使用時はふたを閉める
待機電力 リモコンではなく、本体の主電源を切る
使わない機器はプラグを抜いておく



個人住民税に関するお願い

税務課 ☎内線 134

従業員の個人住民税(市県民税)は、給与支払者(給与を支払っている事業者)が毎月給与から天引きして、市に納めることになっています。
制度名 個人住民税の特別徴収(地方税法321条の3)
対象 原則として、所得税の源泉徴収義務のある事業者従業員ごとの税額は、市で計算して5月中旬に通知します。その通知を基に、毎月給与天引きしていただき、事業所ごとに納付してください
※詳しくはお問い合わせください

プレパパ&プレママ講座

健康管理センター ☎52・2222

- ①とき 12月3日(日)10時～12時
ところ 健康管理センター(南川町)
内容 育児編「ミュージックケアでリフレッシュ、育児を楽しむには」
②とき 12月17日(日)10時～12時
ところ 健康管理センター(南川町)
内容 栄養編「妊娠中からのからだづくり」
③とき 12月20日(日)10時～12時
ところ café watoto(谷田部)
内容 妊娠編・出産編「胎児との絆をつくり、産む力を身につけよう」
申し込み 健康管理センター

お知らせ

「ふくいのがん女子会」の女子会

商工観光課 ☎53・9705

県では、東京と大阪を会場に、県外へ進学している女子学生を対象に、県内企業で活躍する先輩社会人「ふくいのがん女子会」の女子会を開催します。

- ◎大阪
とき 12月14日(日) 17時30分～19時
ところ ヒルトンプラザウエスト3階「イグ・カフェ」(大阪市北区梅田)
◎東京
とき 12月20日(日) 17時～19時
ところ 飯田橋ラムラ1階「銀座コージーコーナー」(東京都新宿区神楽河岸)
対象 女子学生(各15人程度)
申し込み ホームページ「働くなら、福井!」若者就職ナビ http://www.hatarakunara-fuku.jp/

健康・福祉

児童扶養手当と公的年金の併給制度の見直しについて

社会福祉課 ☎64・6012

公的年金(遺族年金、障害年金、老齢年金など)の受給者は、児童扶養手当を受給できませんでしたが、本年12月以降は、年金額が児童扶養手当額より低い場合、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになりました。
児童扶養手当を受給するためには、市役所への申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

生活習慣病検診(本年度最終)

健康管理センター ☎52・2222

- とき 12月9日(日)、10日(月)
ところ 健康管理センター(南川町)
内容 特定(基本)健診、がん検診(肺・胃・大腸・子宮・乳・前立腺)、C・B型肝炎ウイルス検査、骨検診
申込期限 定員がありますので、早めにお申し込みください
※特定健診は、加入する健康保険者が発行した受診券が必要です
※12月9日(日)は胃がん、10日(月)は子宮頸がん、乳がんの検診がありません

休日レディースがん検診

健康管理センター

- とき 12月20日(日) 13時～13時45分受付
ところ 若狭健康福祉センター(四谷町)
内容 子宮頸がん、乳がん、大腸がん
申込先 若狭健康福祉センター ☎52・1300
※定員があります
※子宮頸がん、乳がん検診の2年連続受診はできません

和久里壬生狂言を大胆リメイク

文化会館 ☎53・9700

地元の劇団久須夜が、和久里壬生狂言をセリフ入りでわかりやすくアレンジした演劇「お地蔵さまが見ている」を上演します。
とき 12月7日(日)15時～(14時30分開場)
ところ 文化会館(大手町)
料金 無料

つきイチ『バラエティー』

文化会館 ☎53・9700

お昼休みのひととき、お誘い合わせのうえ気軽にお越しください。
とき 12月25日(日) 12時20分～13時
ところ 庁舎市民ホール(大手町)
内容 ミュージックフレンズによるクリスマスチャペルのミニコンサート
料金 無料

障害者問題を共に考えよう小浜フォーラム&クリスマスパーティー

社会福祉課 ☎64・6012

とき 12月21日(日) 10時～15時
ところ サン・サンホーム小浜(遠敷)
内容 講演「障害児の教育と医療のれんけい」ほか
料金 12時30分からのクリスマスパーティーのみ大人2,000円、子ども1,500円
申込期限 12月12日(金)
※詳しくはお問い合わせください

チャリティーバザー

生涯学習スポーツ課 ☎64・6033

小浜市連合婦人会では、今年もチャリティーバザーを開催します。
とき 12月7日(日)9時30分～
ところ 働く婦人の家(大手町)
出品物 日用品、野菜など



イベント

小浜男女共同参画のつどい

総務課

とき 12月13日(日)13時～16時
ところ 働く婦人の家(大手町)
講演 「女性×地方」が起こす日常型の地域改革～鯖江市役所JK課・OC課の事例から～
講師 若新雄純さん(株)New Youth 代表取締役)
※13時45分～ヒップホップダンス、14時15分～講演
問い合わせ 小浜男女共同参画ネットワーク会長の芝美代子さん ☎59・0154

若狭小浜第九演奏会

文化会館 ☎53・9700

指揮者に古谷誠一さん、オーケストラにセントラル愛知交響楽団を迎え、一年の締めくくりにあふさわしい本格的な交響楽をお届けします。
とき 12月14日(日)15時～(14時30分開場)
ところ 文化会館(大手町)
チケット 一般2,000円、学生1,000円(当日券は一般のみ500円増)
※文化会館にて販売



**電車やバス、自転車を積極的に利用しましょう！**

福井県は、全国トップのクルマ依存社会です。クルマに過度に依存した生活は、地球温暖化の進行や公共交通機関の衰退につながります。クルマの代わりに公共交通機関や自転車を利用したり、徒歩で移動するカー・セーブ運動に参加しましょう。

📍クルマに頼り過ぎない社会づくり推進県会議

☎ 0776・20・0291

ホームページ

<http://car-save-fukui.com>

**パーク&ライド**

最寄駅まで車で移動し、駐車場所に駐車、公共交通機関に乗り換えて移動

**パーク&サイクルライド**

郊外の公共施設まで車で移動し、駐車場所に駐車、自転車に乗り換えて移動

**パーク&バスライド**

駐車場が整備されたバス停まで車で移動し、バスに乗り換えて移動

**◆スポーツ◆**

**ウエイトリフティング Jrスポーツ教室**

市民体育館 ☎ 53・0064

とき 12月17日(㊤)～平成27年2月25日(㊤)の毎週水曜日(12月31日を除く) 19時～20時30分

ところ 市民体育館(後瀬町)  
対象 小学5年生から中学生(男女は問いません)

定員 先着20人

受講料 無料

申込期限 12月15日(㊤)

「高額療養費制度」の自己負担限度額が、平成27年1月から改正されます。

この制度は、医療機関でかかった医療費が高額になったとき、皆さんの負担が軽くなるように、窓口での支払いが自己負担限度額になるものです。

今回変わるのは、70歳未満の被保険者で、現行の3区分が5区分に細分化されます。

70歳以上の被保険者は変更ありません。

📍市民課 ☎ 64・6018

※1 「総所得金額等」とは、国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の所得金額

※2 過去12カ月以内に、同一世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額

本年8月以降に交付された70歳未満の人の認定証については、12月中旬に新しい区分のものを送付します。あらためて申請する必要はありません

**現行**

| 所得区分       | 総所得金額等※1  | 1回目～3回目                       | 4回目以降※2 |
|------------|-----------|-------------------------------|---------|
| A 上位所得者世帯  | 600万円を超える | 150,000円+(医療費の総額-500,000円)×1% | 83,400円 |
| B 一般世帯     | 600万円以下   | 80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%  | 44,400円 |
| C 住民税非課税世帯 | 住民税非課税    | 35,400円                       | 24,600円 |



**改正後**

| 所得区分       | 総所得金額等※1        | 1回目～3回目                       | 4回目以降※2  |
|------------|-----------------|-------------------------------|----------|
| ア 上位所得者世帯  | 901万円を超える       | 252,600円+(医療費の総額-842,000円)×1% | 140,100円 |
|            | 600万円を超え901万円以下 | 167,400円+(医療費の総額-558,000円)×1% | 93,000円  |
| イ 一般世帯     | 210万円を超え600万円以下 | 80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%  | 44,400円  |
|            | 210万円以下         | 57,600円                       | 44,400円  |
| オ 住民税非課税世帯 | 住民税非課税          | 35,400円                       | 24,600円  |

**季節の調理体験(12月編)**

御食国若狭おばま食文化館 ☎ 53・1000

とき 12月16日(㊤)、18日(㊤)、20日(㊤)  
いずれも10時～13時

ところ 食文化館(川崎三丁目)  
内容 巻き寿司、れんぼ、雑煮、きんとんのパイ包み

定員 各先着30人

参加費 700円

申込期限 実施日の3日前



**講正学舎の新入寮生**

講正学舎 ☎ 03・3327・7800

講正学舎は、東京の大学に進学する福井県出身者のための男子学生寮(ワンルームマンション形式)です。

所在地 東京都世田谷区松原2丁目34-6

募集 平成27年4月の新入寮生5人

※詳しくはお問い合わせください  
メール unpin-gakusya@clock.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www5.ocn.ne.jp/~unpin>

**放送大学4月入学生**

放送大学福井学習センター ☎ 0776・22・6361

入学試験のない、文部科学省・総務省所管の通信制大学です。

テレビ、インターネットなどで学べ、キャリアアップに、生涯学習に最適です。

願書受付 12月1日(㊤)～平成27年3月20日(㊤)

※詳しくはお問い合わせください  
ホームページ <http://www.ouj.ac.jp>

**◆募 集◆**

**生花で迎春アレンジ講座**

働く婦人の家 ☎ 52・7002

とき 12月27日(㊤)

19時30分～21時

ところ 働く婦人の家(大手町)  
内容 お正月用のフラワーアレンジメント作り

定員 先着20人

持ち物 花切りバサミ、持ち帰り用袋

参加費 2,500円(材料費)

申込期限 12月20日(㊤)

**児童クラブ冬休み会員**

社会福祉課 ☎ 64・6013

期間 12月24日(㊤)～26日(㊤)、平成27年1月5日(㊤)～7日(㊤)

ところ 雲浜・内外海・宮川・遠敷・今富・口名田の各児童クラブ(小浜・西津児童クラブは定員に達しているため新規募集しません)

対象 小学1～6年生

定員 各5～10人程度

料金 3,000円

申込期限 12月5日(㊤)

※定員を超える場合低学年を優先

**平成27年度小浜市奨学生**

教育総務課 ☎ 内線424

対象 市内在住で、高校・高専・専修学校・短大・大学への進学を希望する人(貸付要件を満たす人)

貸付要件 教育総務課へお問い合わせください

奨学資金(月額) 高校・高専1万円、専修学校2万円、短大・大学3万円

返済期間 就業から6年以内(無利子・無担保)

申込用紙 各中学校・高校に設置

申込期限 平成27年2月13日(㊤)

**旧・音声告知放送機器の廃棄**

環境衛生課 ☎ 内線143

今年6月から防災行政無線の運用がスタートしたことにより、不要となった旧・音声告知放送機器は、早めに「埋立てごみ(青色の指定袋)」で決められた集積所に出してください。

手選別後、機器から有用金属などを取り出し、リサイクルします。

**一人で悩んでいませんか**

総務課

市では、DV(配偶者、元配偶者などからの身体的・精神的暴力など)の相談に応じるDV相談専用電話を設置しています。

不安や悩みを感じたら、一人で我慢せずに相談してください。

専用電話 53・1755(月曜～金曜の9時～17時)

**特設人権相談**

生涯学習スポーツ課 ☎ 内線433

12月4日(㊤)～10日(㊤)の人権週間に合わせて、特設人権相談所を開設します。

とき 12月5日(㊤)、6日(㊤)、いずれも14時～18時

ところ 働く婦人の家(大手町)  
相談料 無料

※事前申し込み不要

※生活の中で人権問題に悩んでいる人は気軽に相談してください

**「認知症の薬を学ぶ」つどい**

認知症の人と家族の会県支部 ☎ 53・3359

とき 12月13日(㊤) 13時30分～16時

ところ 中央公民館(大手町)  
内容 「お薬」の話と話し合い

希望者と個別相談  
講師 田中敬二さん(おおて薬局管理薬剤師)

入場料 無料

# 野焼きは法律で禁止されています！

☎環境衛生課 ☎内線 144

野焼きは、煙による大気汚染や悪臭の原因となり、「廃棄物の処理および清掃に関する法律」で禁止されています。「悪臭がして困っている」「煙で目やのどが痛い」「洗濯物が干せない」「小さな子どもがいて、ぜんそくが心配」などの苦情が寄せられています。違法な野焼きはやめましょう。



## 違法な野焼きとは？

- 家庭ごみの焼却
- 庭や空き地、畑などでの<sup>せんてい</sup>剪定枝、刈草の焼却
- ドラム缶などの基準を満たさない炉での焼却

## 罰則があります

違反をした場合、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金またはその両方が科せられ、未遂も罰せられることがあります

### 野焼き禁止の例外

- 国または地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却(例. 河川管理者が行う河川敷の刈草焼却など)
  - 災害の予防応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却
  - 風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却(例. どんど焼きなど)
  - 農・林・漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却(例. 農業者が行う稲わらやもみ殻の焼却など)
  - たき火、その他日常生活を営むうえで通常行われる廃棄物の焼却であって、軽微なもの
- ※例外として認められている場合でも、苦情があった場合には、改善命令や行政指導の対象となるので、ご注意ください

## 地域おこし協力隊のアイザワが行く！ vol.2



☎商工観光課 ☎内線 220

「小浜はお祭りが多い！」

アイザワが小浜に来てまず驚いたのは地区ごとの伝統行事やお祭りが多いこと、演し物の種類の多いこと、それが続いていること。そして、演者の衣装や、地域の皆さんが着るそろいのTシャツがすてきなことです。お城祭りをレンタサイクルで追いかけて以来、時間が取れる限り小浜のお祭りやイベントを見に行っています。全部を見て回ることができませんが、その地区の方々とお話ができる絶好の機会です。何より同じようであれど異なる演し物を直接見るのが楽しくて仕がありません！



## 食で元気

☎食のまちづくり課 ☎53・1000

### 「病は気から」

「病は気から」と言いますが、それは決して迷信ではありません。気持ちの持ち方と体調には関連があります。自分の意志とは無関係に全身の機能をコントロールする神経を「自律神経」と言います。自律神経には、体を活動的にする「交感神経」と、休めるように働く「副交感神経」があります。それらは心身の状態とも密接なつながりがあります。

例えば、怒り・恐怖・不安・心配などの負の感情、緊張・痛みなどのストレスが強くなると、交感神経が刺激され、その末端から興奮系のホルモンが分泌されます。そのため、心臓の拍動が増し、血管が収縮して血圧が上昇、呼吸が大きく速くなり、動悸がして、ストレスに対応しようとしします。

逆に、精神的にリラックスしたときや休息時には、副交感神経が刺激されて、その末端からリラックス系のホルモンが分泌され、消化器官が活発に働いたり、眠くなったりします。

この相反する働き二つの神経がバランス良く働くことで、私たちは健康状態を保っているため、メリハリのきいた暮らしの中で、緩急のリズムをつけることが大切です。そして、自律神経のバランスを整えるためには、やはり規則正しい食生活も大切です。

## 年末年始の業務ガイド

○…平常業務 ×…休館・休業

| 施設         | 12月                                |       |       |       |       | 1月   |      |      |      |      |      | 問い合わせ・備考  |
|------------|------------------------------------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|------|------|------|---|
|            | 27(土)                              | 28(日) | 29(月) | 30(火) | 31(水) | 1(木) | 2(金) | 3(土) | 4(日) | 5(月) | 6(火) |   |
| 市役所        | ×                                  | ×     | ×     | ×     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | ○    | 総務課☎内線 355<br>12月27日～1月4日の出生、死亡などの「戸籍の届け出」「火葬の予約」は、宿日直の職員が受け付けします                   |
| 市立図書館      | ○                                  | ×     | ×     | ×     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | ×    | ☎52・1042  |
| 温水プール      | ×                                  | ×     | ×     | ×     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○※   | ○    | ☎53・0450<br>※1月5日は13時から開館   |
| 子育て支援センター  | ×                                  | ×     | ×     | ×     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | ○    | ☎56・3386  |
| 食文化館       | ○                                  | ×     | ×     | ×     | ×     | ×    | ○※   | ○※   | ○※   | ○※   | ○    | ☎53・1000<br>※1月2日～5日は10時～16時まで  |
| 濱の湯        | ○                                  | ○     | ○     | ○     | ○     | ○※   | ○※   | ○※   | ○    | ○    | ○    | ☎53・4126<br>※1月1日～3日は7時オープン   |
| 濱の四季       | ○※                                 | ×     | ×     | ×     | ×     | ×    | ○    | ○※   | ○※   | ○    | ○    | ☎53・0141<br>※11時～14時のランチのみ営業  |
| 道の駅「若狭おばま」 | ○                                  | ○     | ○     | ○     | ×     | ×    | ○※   | ○    | ○    | ○    | ○    | ☎56・3000<br>※1月2日は13時～18時まで物販施設のみ営業(フード部門は休み)                                       |
| あいあいバス     | ○                                  | ○     | ×     | ×     | ×     | ×    | ×    | ×    | ○    | ○    | ○    | 企画課☎内線 345  |
| ごみの収集      | ×                                  | ×     | ○     | ○     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | ○    | 環境衛生課☎64・6016   |
| クリーンセンター   | ×                                  | ×     | ○     | ○     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | ○    | ☎53・5550<br>受付時間は9時～16時まで   |
| リサイクルプラザ   | ×                                  | ×     | ○     | ○     | ×     | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | ○    | ☎59・9000<br>事業所でリサイクル可能な資源ごみを持ち込む場合は12月26日までに環境衛生課の承認を受けてください。個人は不要です。受付時間は9時～16時まで |
| し尿のくみ取り    | 年末は大変込み合いますので、12月12日(金)までに予約してください |       |       |       |       |      |      |      |      |      |      | ㈱アクアテック☎64・5460   |

## 贈らない！ 求めない！ 受け取らない！ みんなで徹底しよう三ない運動

年末年始は何かと贈り物やお祝いごとをする機会の多いシーズンですが、政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。また、有権者が政治家に寄附や贈り物を求めることも禁止されています。

政治家と有権者のクリーンな関係を保ち、お金のかからない選挙を実現するために、寄附禁止のルールを守りましょう。

☎選挙管理委員会(総務課内) ☎64・6002

秘書等が代理で出席する場合の結婚祝

地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入

お祭りへの寄附・差入

町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入

みんなで徹底しよう  
**三ない運動**

贈らない！  
求めない！  
受け取らない！

これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。

落成式・開店祝等の花輪

病気見舞

お歳暮・お年賀

入学祝・卒業祝

葬儀の花輪・供花

秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典