

氷見の元気を発信する情報誌

広報

# ひま

7

July.2020  
No.801

コミュニティオーブン

氷見市海浜植物園

シーサイドパーク



漁業文化交流センターもリニューアル！  
詳しくは、25ページをご覧ください。

- 2 今年の夏は新しい生活様式で  
個人向け支援／事業者向け支援
- 7 氷見市の飲食店を応援しよう！
- 8 保険税・保険料の納期がはじまります
- 21 住民健診・歯周病検診のお知らせ



遊ぶ・学ぶ・木育

晴れの日も、雨の日も、雪の日も



## 夏バテ知らず！ アジの梅風味大葉焼き

エネルギー  
103  
kcal



たんぱく質 12.1g  
塩 分 0.7g

**アジと梅、大葉は相性抜群！  
さっぱりとした味わいで、  
夏に食べやすい1品です。**

アジには、血液をサラサラにする DHA、  
EPA などの不飽和脂肪酸が含まれています。  
旬のこの時期に、アジを食べて夏バテ知  
らずの体を目指しましょう！

### 材料（1人分）

|            |         |
|------------|---------|
| ・アジ（3枚おろし） | 1 匹分    |
| ・塩         | 少々      |
| ・梅干し       | 1/2 個   |
| ・大葉        | 2 枚     |
| ・小麦粉       | 小さじ 1/2 |
| ・サラダ油      | 小さじ 1/2 |

### 作り方

- ①アジに塩を振ってしばらくおき、水気をふき取る。
- ②梅干しの種をとり、包丁で細かくたたく。
- ③大葉の裏面に②を塗る。
- ④アジに小麦粉をまぶし、梅干しを塗った面を内側にして大葉で挟む。
- ⑤フライパンにサラダ油をひき、皮目から焼く。
- ⑥ひっくり返して焼き、アジに火が通ったら出来上がり！

【問合せ】 健康課 ☎74-8414

**要注意！**



**気温・湿度の高い中での  
マスクの着用は特にご注意ください。**

マスクを着用しているときは、負担のかかる作業や運動を避け、周囲の人と十分に距離をとった上で、適宜マスクをはずして休憩をとりましょう。

※詳しくは、裏表紙 28 ページをご覧ください。



- ☑ 家に帰ったらまず手や顔を洗う。  
できるだけすぐに着替え、  
シャワーをあびる

**のどが渇く前に水分補給を。  
大量に汗をかいたときは  
塩分補給も忘れずに！**

### おうちでも健康を維持しましょう！

ストレッチやスクワット、  
ウォーキングなど、  
自分のペースで  
**無理のない運動を**

3密を避け、熱中症対策  
もしっかりとした上で、  
**適度な日光浴を**  
※骨を強くするビタミンDは、  
日光を浴びることで  
体内でもつくられます。

1日3食規則正しく、  
主食・主菜・  
副菜をそろえて  
**バランスの良い  
食事を**

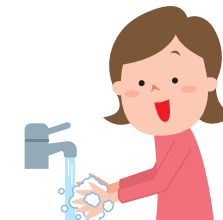
## 今年の夏は「新しい生活様式」で！ 熱中症に気を付けましょう。

### お出かけのとき



- ☑ 遊びに行くときは  
屋内よりも屋外へ

### 食事のとき



- ☑ 食事の前は手洗いを！  
水と石けんで  
30秒かけて丁寧に

### 生活全般



- ☑ 3密（密集・密接・密閉）に  
ならないように気をつける

## お出かけの際も、皆さまのご協力をお願いします

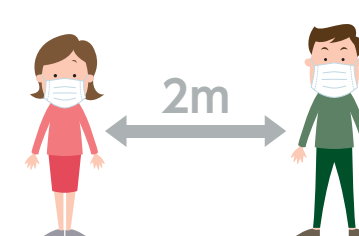
**要注意！**



- ☑ ウォーキング・ジョギングは  
少人数で！すいた時間・場所を  
選び、すれ違うときは距離を  
とる
- ☑ 買い物は計画を立てて  
素早く済ませる
- ☑ レジに並ぶときは  
前後にスペースをあける



- ☑ 座るときは対面ではなく  
横並びで
- ☑ 大皿は避けて、料理は個々に
- ☑ グラスの回し飲みは避ける
- ☑ 持ち帰りや出前、デリバリー  
も活用
- ☑ 屋外空間で気持ちよく



- ☑ 人との間隔は  
できるだけ2mあける
- ☑ こまめに手洗いと消毒を
- ☑ こまめに換気を
- ☑ 咳エチケットの徹底
- ☑ 発熱または風邪の症状がある  
場合は無理せず自宅で療養を

### 新型コロナウイルス感染症に関連して ー不当な差別や偏見をなくしましょうー

感染者・濃厚接触者、医療従事者などに対する誤解や偏見に基づく差別は決してあってはなりません。  
困った時は、一人で悩まず、相談してください。

みんなの人権110番  
さまざまな人権相談

☎0570-003-110

子どもの人権110番  
いじめ・虐待など子どもの人権相談

☎0120-007-110

女性の人権ホットライン  
セクハラ・家庭内暴力など女性の人権相談

☎0570-070-810

インターネット受付  
インターネットによる人権相談

インターネット人権相談

検索

法務大臣からのメッセージ  
もご覧ください。



子育て世帯の方へ

【問合せ】 子育て支援課 ☎74-8117

子育て世帯への臨時特別給付金

支給対象者

令和2年4月分および3月分の児童手当受給者

※児童1人あたり月額一律5,000円が支給される方は支給対象者となりません。

支給額

対象児童1人につき1万円



市独自

子育て世帯給付金

支給対象者

令和2年6月分の児童手当受給者（令和2年5月31日までに出生した児童～中学3年生の児童の児童手当受給者）

※児童1人あたり月額一律5,000円が支給される方は支給対象者となりません。  
※6月分の児童手当を受給するためには、令和2年度の児童手当の現況届の提出が必要です。

支給額

対象児童1人につき1万円

| 申請について                                   |                                                                        |                                                             |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| ●公務員の方は申請が必要です。以下の提出書類を子育て支援課まで提出してください。 |                                                                        |                                                             |
| 提出書類                                     | 子育て世帯への臨時特別給付金                                                         | 子育て世帯給付金                                                    |
|                                          | ①申請書（所属庁で配布予定。配布されない場合は窓口で配布）<br>②振込口座が確認できる書類（申請者名義の通帳またはキャッシュカードの写し） | ①申請書（窓口で配布または市ホームページからダウンロード）<br>※所属庁からの児童手当を受給している証明が必要です。 |
| 申請期間                                     | ～10月30日(金) 消印有効                                                        | 7月1日(水)～12月25日(金) 消印有効                                      |
| ●公務員以外の方は申請不要です。                         |                                                                        |                                                             |
| 支給日                                      | 6月9日支給済み                                                               | 令和2年度の児童手当の現況届の提出を確認し、認定後、順次振り込みます。<br>※現況届の提出がお済みでない方はお早めに |

ひとり親世帯の方へ

【問合せ】 子育て支援課 ☎74-8117

※子育て支援課でひとり親の登録をされている方には、個別でご案内します。案内が届かない場合は、お問い合わせください。

ひとり親世帯臨時特別給付金

●基本給付 1世帯5万円／第2子以降1人につき3万円

| 対象                                                          | 申請 | 手続き                                      |
|-------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------|
| ①令和2年6月分の児童扶養手当が支給されている方                                    | 不要 | 7月中旬に振り込みます。                             |
| ②公的年金などを受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される方                   | 必要 | 申請書に口座番号などを記入し、必要書類とともに、子育て支援課の窓口提出または郵送 |
| ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方 |    |                                          |

●追加給付 1世帯5万円

上記①②で収入が減少した方は追加給付を受けることができます。申請が必要です。

国民年金保険料を納めている皆さんへ

【問合せ】 高岡年金事務所 ☎21-4180（自動音声案内）

国民年金保険料の臨時特例免除申請

対象

令和2年2月以降、次の①②をいずれも満たす人  
①新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少したこと  
②所得などの状況から見て、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除などに該当する水準になることが見込まれること

対象期間

令和2年2月分～令和2年6月分の国民年金保険料（令和2年7月分以降は、改めて申請が必要です。）

申請方法

次の①～③を市役所または年金事務所に提出  
①国民年金保険料免除・納付猶予申請書 ②所得の申立書  
③学生証のコピー（学生納付特例申請の場合）  
※感染症対策の観点からできる限り郵送で申請してください。  
※学生証などの発行が遅延している場合は、申請書の備考欄に「学生証発行遅延のため後日送付」と記入し申請書を提出し、後日、速やかに提出してください。

送付先

〒933-8585 高岡市中川園町11-20 高岡年金事務所  
〒935-8686（住所記載不要） 氷見市役所市民課保険年金担当



国民年金保険料の免除・納付猶予

所得が少ないなどの理由で国民年金の保険料を納めることが困難な人は、申請により納付が「免除」または「納付猶予」される制度があります。詳しくは日本年金機構ホームページで検索またはお問い合わせください。



新型コロナウイルス感染症に関する

個人向け支援



個人向け支援一覧 ※詳しくは、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。

|         | 相 談                                   | 制度・対象など                                       |                                             | 問 合 せ                                                                    |
|---------|---------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 住まい・暮らし | 1人10万円の給付について（4/27現在で住民基本台帳に記載されている人） | 特別定額給付金<br><u>申請がお済みでない方はお早めに</u>             | 受給権者 世帯主<br>申請〆切 8月11日(火)                   | 特別定額給付金担当<br>☎30-2843                                                    |
|         | 子育て世帯の家計を支援してほしい                      | 子育て世帯への臨時特別給付金／子育て世帯給付金<br>※詳しくは、5ページをご覧ください。 |                                             | 子育て支援課<br>☎74-8117                                                       |
|         | ひとり親世帯の家計を支援してほしい                     | ひとり親世帯臨時特別給付金<br>※詳しくは、5ページをご覧ください。           |                                             |                                                                          |
|         | 家計の維持が難しい                             | 一時的な資金の緊急貸付                                   | 休業・失業などにより生活資金でお悩みの人                        | 氷見市社会福祉協議会<br>☎74-8407<br>(平日 午前9時～午後5時)                                 |
|         | 国税・県税・市税の納付が難しい                       | 国税・地方税の徴収猶予の特例                                | 収入が20%以上減少し、一時的に納付が困難な納税義務者                 | 国税：高岡税務署<br>☎21-2501<br>県税：富山県総合県税事務所<br>☎076-444-4631<br>市税：税務課☎74-8041 |
|         | 国民年金保険料の支払いが難しい                       | 国民年金保険料の臨時特例免除<br>※詳しくは、5ページをご覧ください。          |                                             | 高岡年金事務所<br>☎21-4180                                                      |
|         | 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の支払いが難しい      | 保険税・保険料の減免・徴収猶予<br>※詳しくは、8ページをご覧ください。         |                                             | 各担当課                                                                     |
|         | 上下水道料の支払いが難しい                         | 上下水道料の徴収猶予                                    | 収入減少などで納付が困難な世帯や事業主                         | 上下水道課 ☎74-8206                                                           |
|         | その他公共料金や電話料金の支払いが難しい                  | 電気・ガス・電話などの料金の支払期日の延長                         |                                             | 各事業者                                                                     |
|         | 新型コロナに感染または発熱などの疑いで働くことができなかった        | 傷病手当金の支給<br>※詳しくは、8ページをご覧ください。                |                                             | 市民課 ☎74-8061                                                             |
|         | 市営住宅などの家賃の支払いが難しい                     | 市営住宅家賃の減免または徴収猶予                              | 市営住宅の入居者のうち家賃の支払いが困難と認められる人<br>※収入要件など諸条件あり | 都市計画課 ☎74-8079                                                           |
|         | 離職などで住居を失った、失うおそれがある                  | 住居確保給付金                                       | 離職などにより経済的に困窮した世帯<br>※一定期間家賃相当額（上限あり）を支給    | ふくし相談サポートセンター<br>☎30-2937                                                |
|         | 住宅ローンの返済が難しい                          | 住宅ローンの返済猶予                                    |                                             | ・各金融機関<br>・金融庁相談ダイヤル<br>☎0120-156811                                     |
| 教育など    | 経済的な理由で小・中・義務教育学校の学校集金の支払いが難しい        | 就学援助制度                                        | 世帯総所得額が所得制限の範囲内の人                           | 通っている学校または学校教育課 ☎74-8213                                                 |
|         | 経済的な理由で高等学校・大学などの修学継続が難しい             | 氷見市育英資金奨学生制度（奨学金の無利子貸与）                       | 保護者などが市内に在住し、本人の成績が優秀であるなど                  | 教育総務課 ☎74-8211                                                           |
| その他     | 不当な差別や偏見に関する相談                        | 人権相談<br>※詳しくは、2ページをご覧ください。                    |                                             | みんなの人権110番<br>☎0570-003-110                                              |



新型コロナに負けるな！

# 氷見市の飲食店を 応援しよう！

#がんばろう氷見市

**7/5(日)まで**

【問合せ】 みらいチケット氷見  
実行委員会事務局  
☎91-8350

飲食店などを支援するために、インターネット経由で未来に使えるお食事券を購入しませんか？  
(例) **1万1,000円分**のお食事券を**1万円**でお得にご購入いただけます！  
詳しくは、特設サイトをご覧ください。  




## 氷見市飲食店等利用促進キャンペーン

【問合せ】 商工振興課 ☎74-8105

**8/31(月)までの利用**

個人または1グループ1万円の飲食利用ごとに「ひみキト商品券1枚(1,000円分)」を進呈します！  
みらいチケットとの併用も可能です！

**対象** 市民、市内の事業所に勤務する人または市民などを含む団体  
**上限** 個人または1グループ1回の利用につき商品券30枚(3万円)まで ※期間中、何度でも申請可能です！  
**受付時間** ～9月18日(金) 平日 午前8時30分～午後5時15分  
(第1・第3金曜日は午後7時まで)

**7月26日(日)と8月30日(日)は午後1時～4時も受付中！**

**受付場所** 平 日 市役所2階 商工振興課  
日曜日 市役所1階 地域協働スペース  
**対象店舗** 市内飲食店、旅館、民宿およびスナックなどの飲食提供施設  
**申請方法** 飲食した領収書(1回の利用で1万円以上)と身分証明書または市内の事業所に勤務することを証明できるものを持参し、窓口にて

**7/31(金)開催**

## 第1回 氷見夜のまちなかグル巡り

【問合せ】 氷見商工会議所 ☎74-1200

ご好評いただいております「氷見夜のまちなかグル巡り」を今年も開催します。今年は**3,600円分**のお食事券を**3,000円**でお得にご購入いただけます！

チケットとグル巡りマップを手に、氷見のおいしい食を求めて参加店を巡り、当日限定のオリジナルメニューを楽しみましょう！

**チケット販売場所** プラファ(インフォメーション)、ハッピータウン(サービスカウンター)、氷見市観光協会、氷見商工会議所、各参加店  
**7/3(金)販売開始！**

※第2回は9月25日(金)、第3回は11月27日(金)に開催予定！

※参加店など詳しくは、氷見商工会議所ホームページをご覧ください。



うみの  
アパート・マルシェ

**開催します！**

**日時** 7月19日(日)  
午前10時～午後3時  
**場所** 氷見市中央町商店街  
※詳しくは、ホームページをご覧ください。  
  



新型コロナウイルス感染症に関する

# 事業者向け支援



**事業者向け支援一覧** ※詳しくは、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。

|          | 相 談                               | 制度・対象・内容                                                                                   | 問合せ                                                                 |
|----------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 給付・助成・補助 | 自粛などで業績が悪化(昨年と比較して売上が半減)          | 持続化給付金<br>法人 上限200万円/個人 上限100万円                                                            | 持続化給付金事業コールセンター<br>☎0120-115-570                                    |
|          | 新しい生活様式に対応した事業の継続                 | 富山県事業持続化・地域再生支援金<br>10万円～40万円<br>(事業所を賃借している場合は10万円加算)                                     | 県事業持続化・地域再生支援金事務局<br>☎076-444-0255                                  |
|          | 感染防止対策設備を整備した                     | 「食事提供施設」新型コロナウイルス感染防止緊急対策事業費助成金<br>助成額10万円                                                 | 県新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金コールセンター<br>☎076-444-5591                        |
|          | 休業し、従業員に休業手当を支払った                 | 雇用調整助成金<br>事業主の休業手当の一部を助成                                                                  | 富山労働局助成金センター<br>☎076-432-9162                                       |
|          | 雇用調整助成金を申請するために社労士などへ支払いが発生した     | 雇用調整助成金の申請支援補助金<br>上限5万円(初回分のみ)                                                            | 商工振興課 ☎74-8105                                                      |
|          | 学校休業に伴い、労働者に有給の休暇(年次有給休暇以外)を取得させた | 小学校休業等対応助成金                                                                                | 厚生労働省コールセンター<br>☎0120-60-3999                                       |
|          | 子の学校休業に伴い契約した仕事が出来なくなった           | 小学校休業等対応支援金(個人事業主)                                                                         |                                                                     |
|          | 販路開拓・売上向上や感染対策の強化                 | 富山県地域企業再起支援事業費補助金<br>上限100万円/下限30万円                                                        | 富山県新世紀産業機構<br>☎076-444-5690                                         |
|          | 県の要請に応じて休業・営業時間の短縮をした             | 氷見市新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金<br>5月7日以降も引き続き協力した事業者に10万円                                          | 商工振興課 ☎74-8105                                                      |
|          | 自粛などで業績が悪化した                      | 氷見市宿泊業・交通事業者支援補助金<br>氷見市観光協会の会員であり、支援が必要な宿泊業者や交通事業者が対象                                     | 観光交流課 ☎74-8106                                                      |
| 貸 付      | 融資を受けたい(商工業)                      | 県制度融資「新型コロナウイルス感染症対応資金」など                                                                  | 取引先金融機関または商工振興課 ☎74-8105                                            |
|          | 融資を受けたい(農林漁業)                     | 経営維持・再建に必要な資金「農林漁業セーフティネット資金」など<br>貸付限度額の引上げ、貸付当初5年間の実質無利子化などの特例措置                         | 氷見市農業協同組合(本所) ☎74-8842<br>日本政策金融公庫富山支店 ☎076-441-8411                |
| その他      | 国税・県税・市税の納付が難しい                   | 国税・地方税の徴収猶予の特例<br>収入が20%以上減少し一時的に納付が困難な納税義務者                                               | 国税：高岡税務署 ☎21-2501<br>県税：富山県総合県税事務所 ☎076-444-4631<br>市税：税務課 ☎74-8041 |
|          |                                   | 固定資産税の軽減(令和3年度分の事業用家屋・償却資産)<br>売上高が前年比30%以上減少した中小事業者など<br>(50%未満は1/2、50%以上は全額/申請時期:令和3年1月) | 税務課 ☎74-8045                                                        |

新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、イベント内容が変更または中止となる場合があります。



対象者

7月末までに75歳以上になる人  
(一定の障害がある場合は65歳以上)

納付方法

●年金天引き（特別徴収）

次の要件をすべて満たす人

・天引き対象となる年金の受給額が年額18万円以上である

・後期高齢者医療保険料と介護保険料を合わせた額が、天引き対象となる年金受給月額<sup>※</sup>の2分の1未満である

※申し出により、口座振替に変更することができます。

●納付書払いまたは口座振替（普通徴収）

年金天引き以外の人

※令和2年2月2日から令和2年6月1日までに75歳になった人または保険料変更などの理由で令和2年2月に年金天引きされなかった人は、10月から年金天引きに変更となります。

保険料

※令和2年4月より保険料が変更となりました。

保険料は、被保険者が等しく負担する「均等割額」と所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算されます。

保険料 均等割額 所得割額

限度額 64万円 = 1人あたり 46,800円 + 所得額 × 8.82%

軽減措置

●低所得者世帯への均等割の軽減措置の見直し

| 均等割の軽減割合            | 世帯主および同一世帯の被保険者の合計所得金額                                       |                            |
|---------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------|
|                     | 令和元年度                                                        | 令和2年度                      |
| 7.75割 <sup>※1</sup> | 33万円以下                                                       |                            |
| 7割 <sup>※1</sup>    | 7.75割軽減される世帯のうち、被保険者全員が年金収入80万円以下 <sup>※</sup> （その他の所得がない場合） |                            |
| 5割                  | 33万円 + (28万円 × 被保険者数) 以下                                     | 33万円 + (28.5万円 × 被保険者数) 以下 |
| 2割                  | 33万円 + (51万円 × 被保険者数) 以下                                     | 33万円 + (52万円 × 被保険者数) 以下   |

※1 令和元年度より軽減割合について国の制度が改正され、年金生活者支援給付金の支給、介護保険料の負担軽減の拡充に合わせて、段階的な見直しを行っています。令和2年度は8.5割軽減が7.75割軽減に、8割軽減が7割軽減に変更となります。

●後期高齢者医療制度に加入した日の前日に、ご家族の健康保険被用者保険の被扶養者だった人は、保険料の所得割額の負担はなく、後期高齢者医療保険を取得した月から2年間に限り、均等割額が5割軽減されます。

対象者

65歳以上の人

納付方法

●年金天引き（特別徴収）

天引き対象となる年金の受給額が年額18万円以上の人

※納付書払いや口座振替への変更はできません。

●納付書払いまたは口座振替（普通徴収）

年金天引き以外の人

保険料の減額

介護保険料は、所得などに応じて、年額3万100円から14万700円までの11段階に分かれています。

ただし、低所得者の負担を抑えるため、次の通り保険料を減額します。

第1段階 3万 100円 → 1万6,700円

第2段階 4万6,900円 → 3万 100円

第3段階 5万 200円 → 4万6,900円

ただし、18万円以上の人であっても

・転入したばかりの人

・65歳になったばかりの人

・昨年度年金天引きが中止になった人は、納付書払いまたは口座振替となります。

※10月に年金天引きへ切り替わる場合があります。

●納付書払いまたは口座振替（普通徴収）

年金天引き以外の人



令和2年度

保険税・保険料の納期がはじまります

国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の通知書を7月中に送付します。

内容をご確認の上、忘れずに納めてください。

所得を申告していない場合には軽減措置は適用されません。市県民税の申告は、税務課住民税担当の窓口で受付をしています。



新型コロナウイルス感染症の影響を受けられた方へ

保険税・保険料の減免・徴収猶予

(国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料)

①世帯の主たる生計維持者が新型コロナウイルスに感染し、死亡または重篤な傷病を負った場合

…保険税・保険料が免除されます。

②感染症の影響により世帯の主たる生計維持者の収入の減少が見込まれる場合

…保険税・保険料の減額の対象となる場合があります。また、一時的に納付が困難な場合は、その徴収を猶予できる場合があります。

傷病手当金の支給

(国民健康保険税、後期高齢者医療保険料)

各種保険制度の被保険者である被用者（給与の支払いを受けている人に限る）が、新型コロナウイルスに感染または発熱などの疑いにより労務に服することができなかった期間について傷病手当金を支給できる場合があります。

詳しくは、各担当課までお問い合わせください。

課税対象者

国民健康保険の加入者がいる家庭の世帯主

※世帯主が加入していない場合でも、その世帯に加入者がいる場合は課税されます。

納付方法

●年金天引き（特別徴収）

次の要件をすべて満たす人

・世帯主が国民健康保険に加入している

・世帯の国民健康保険加入者全員が65歳以上75歳未満である

・天引き対象となる年金の受給額が年額18万円以上である

・国民健康保険税と介護保険料を合わせた額が、天引き対象となる年金受給月額<sup>※</sup>の2分の1未満である

※申し出により、口座振替に変更することができます。

●納付書払いまたは口座振替（普通徴収）

年金天引き以外の人

※市役所・金融機関窓口のほかに、コンビニや一部スマートフォンアプリでも納付することができます。

軽減措置

●低所得者世帯への均等割・平等割の軽減措置の拡充

| 均等割・平等割の軽減割合 | 世帯主および国民健康保険加入者の合計所得金額                |                                         |
|--------------|---------------------------------------|-----------------------------------------|
|              | 令和元年度                                 | 令和2年度                                   |
| 7割           | 33万円以下                                |                                         |
| 5割           | 33万円 + (28万円 × 被保険者および特定同一世帯所属者の数) 以下 | 33万円 + (28.5万円 × 被保険者および特定同一世帯所属者の数) 以下 |
| 2割           | 33万円 + (51万円 × 被保険者および特定同一世帯所属者の数) 以下 | 33万円 + (52万円 × 被保険者および特定同一世帯所属者の数) 以下   |

●非自発的な失業をした人への軽減措置

税務課住民税担当または市民課保険年金担当での申請が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

限度額

●医療給付費分の限度額の変更

|     | 令和元年度     | 令和2年度       |
|-----|-----------|-------------|
| 限度額 | 医療給付費分    | 61万円 → 63万円 |
|     | 後期高齢者支援金分 | 19万円        |
|     | 介護納付金分    | 16万円 → 17万円 |

# 今年5年に1度の国勢調査の年です

【問合せ】 総務課 ☎74-8024

本年10月1日に国勢調査が実施されます。国勢調査は、日本に住んでいる全ての人が対象となる大規模な調査で、大正9年から5年ごとに行われており、本年度で実施100年の節目を迎えます。調査結果は、住みよいまちづくりのための基礎資料になります。皆さまのご協力をお願いします。



市では、6月5日に実施本部を市役所2階総務課内に設置しました。



実施本部の看板を設置する  
本部長の篠田副市長（右）と  
副本部長の藤澤総務部長（左）



## おらっちゃん創生支援事業を募集します！

【問合せ】 地域振興課 ☎74-8013



市では地方創生に向けて、豊かで住みよい個性あるふるさとづくりを推進するため、自治会や団体などが実施する「おらっちゃん創生支援事業」の取り組みを年2回募集しています（第1回の募集は終了しました）。

※申請の際には必ず事前にご相談ください。

※詳しくは、広報ひみ4月号17ページまたは市ホームページをご覧ください。

### 第1回の交付団体が決まりました！

今回の審査は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のために、書面で行いました。その結果、3団体への交付が決定し、補助金交付額は合計68万3,000円となりました。提案内容は下表のとおりです。

| 団体名     | 事業名                                                                                                            | 事業年度 | 補助金額      |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------|
| 宇波区     | 事業概要                                                                                                           |      |           |
|         | アグモン<br>進上物祭りによる地域づくり                                                                                          | 3年目  | 14万円      |
| 氷見ベジ    | 江戸安政期に起源をもつ宇波地区の進上物祭りで用いるみこしを新たに2基制作し、併せてSNSによる情報発信を行い、担い手の確保と祭りの継続を目指す。そして地域への愛着を高め、住み続けたい地域へと感じてもらえるように取り組む。 |      |           |
|         | 氷見ベジのフェアトレード                                                                                                   | 1年目  | 27万2,000円 |
| 元気ネット氷見 | 市内で栽培する自然栽培・固定種の野菜の認知度の向上のため、その作業などを体験してもらうことにより価値を理解してもらい、それらの野菜が適正な価格で売れるための取り組みを推進し、市内の生産者を支援する。            |      |           |
|         | 氷見の郷土の味伝承事業                                                                                                    | 1年目  | 27万1,000円 |
| 元気ネット氷見 | 地域情報サイト「ひみ知っ得ナビ」に、料理研究家と連携し「氷見の郷土料理」の紹介や作り方を掲載するとともに、ハンドブックを作成し市内スーパーマーケットで配布する。                               |      |           |
|         |                                                                                                                |      |           |

### 今後のスケジュール

#### 申込メ切

8月31日(月) 正午

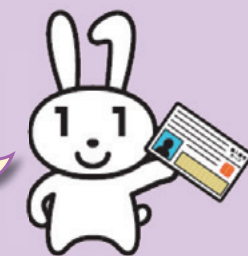
#### 第2回提案発表会開催日

9月中旬（予定）

※詳しくは、事前相談の際にお伝えします。

## マイナンバーカードはお持ちですか？ 交付申請手順のご案内

令和2年7月からマイナンバーポイントの申し込みが始まるよ！マイナンバーカードの申請はお早めに！



【問合せ】 市民課 ☎74-8051

### 申請手順

【個人番号カード交付申請書】

(通知カード、または個人番号通知書と同時に送付済み)

持っている

- ① スマホで申請
- ② パソコンで申請
- ③ 郵便で申請

持っていない

- ④ 交付申請書などを公式サイトから印刷し、郵便で申請
- ⑤ 市役所でWEB申請

おおむね1カ月後

- ①②③の場合  
・ハガキが届く  
→市役所でマイナンバーカードを受け取る
- ④の場合  
・本人限定受取郵便でマイナンバーカードを受け取る

### 申請方法

#### ① スマホで申請

- 1 スマホで顔写真を撮影
- 2 スマホで交付申請書または個人番号通知書のQRコードを読み取る
- 3 申請用WEBサイトにメールアドレスなどを入力
- 4 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録し、必要事項を入力して申請完了

#### ② パソコンで申請

- 1 デジタルカメラで顔写真を撮影
- 2 申請用WEBサイトで申請書IDやメールアドレスを登録
- 3 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録し、必要事項を入力して申請完了

#### ③ 郵便で申請

- 1 交付申請書に必要事項を記入
  - 2 6カ月以内に撮影した顔写真を貼付
  - 3 返信用封筒に入れて郵送
- ※交付申請書や返信用封筒を持っていない人は、公式サイトから印刷することができます。

マイナンバーカード郵送

検索

### 顔写真撮影のチェックポイント！

- ・最近6カ月以内に撮影
- ・正面、無帽、無背景のもの
- ・郵便で申請する場合は、写真の裏面に、氏名、生年月日を記入



サイズ  
(縦4.5cm×横3.5cm)

#### ④ 市役所でWEB申請

手続きには一人15分程度かかります。

受付時間 平日 午前9時～11時30分

午後1時～5時

午後5時までに  
時間変更

WEB申請の臨時受付窓口開設！

電話予約が必要です。

日時 7月3日(金)、10日(金)、17日(金)、22日(水)、31日(金)

午後5時15分～7時

7月12日(日)

午前9時～正午

場所 市役所市民課

持ち物 ①本人確認書類（※1）  
②通知カード（交付されている人のみ）  
③交付申請書  
(②③を紛失した場合も手続き可能)  
住民基本台帳カードをお持ちの人は返納してください。

※1 aの書類1点、またはbの書類2点

|   |                                                   |
|---|---------------------------------------------------|
| a | 官公署発行の顔写真付き書類で、運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、在留カードなど        |
| b | 健康保険証、介護保険証、年金手帳、各種年金証書、医療受給者証、児童扶養手当証書、社員証、学生証など |

市役所マイナンバー対応窓口（WEB申請を除く）

・平日 午前8時30分～午後5時15分  
(金曜日は午後7時まで)

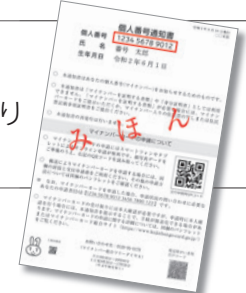
・第2日曜日（電話予約が必要です）  
7月12日(日) 午前9時～正午

「個人番号通知書」でマイナンバーをお知らせしています。

出生などで新たにマイナンバーが付番される人への通知は、令和2年5月25日より「個人番号通知書」で行われています。

詳しくは、マイナンバーカード総合サイト

検索







氷見市役所  
〒935-8686 氷見市鞍川1060番地  
☎0766-74-8100(代)  
HP <https://www.city.himi.toyama.jp>

・イベント・講座

7月・8月の市長室トーク

氷見市のこれからのまちづくりや将来像について、市長と直接語り合ってみませんか？  
日時 ①7月13日(月)午後1時～  
②8月13日(木)午後1時～  
(1組15分程度)

※毎月原則13日(ひみの日)に開催

場所 市役所市長室  
対象 市民、市民の団体・グループ  
申込 電話にて①7月6日(月)、  
②8月6日(木)までにお申し込みください。  
〒74-80013  
氷見市役所

文化財センター一般公開

当日は、学芸員が随時解説を行います。  
日時 7月25日(土)  
午前9時～午後4時  
場所 氷見市中田645  
(旧女良小学校)  
料金 無料

介護保険事業計画策定委員会委員募集

市では、介護保険事業計画の策定にあたり、市民の皆さんのご意見を幅広く反映するため、介護保険事業計画策定委員会の委員を募集します。  
応募資格 令和2年4月1日現在、市内に1年以上居住している満40歳以上の人で、平日に開催する会議(年数回)に出席できる人  
任期 令和3年3月まで  
募集人数 2人  
募集方法 7月20日(月)必着  
応募方法 メールまたはハガキにて①住所②氏名③年齢④性別⑤電話番号⑥応募の理由をお知らせください。  
あて先 〒93518686  
(住所記載不要)  
福祉介護課介護保険担当  
者全員にお知らせします。  
〒74-80066  
氷見市役所

求職者支援訓練の受講者募集

募集訓練科 Excel初心者からのVBAプログラミング・養成期間 8月17日(月)～12月24日(木)  
場所 (株)マフィードシステムズ  
対象 ハローワークで求職の申し込みをしている人など

収蔵・展示 国登録有形民俗文化財「氷見及び周辺地域の漁撈用具」や復元された定置網漁の網船「ドブネ」など  
氷見市博物館  
〒74-8231

親子定置網漁見学

日時 8月1日(土)、8日(土)  
午前3時40分～6時40分ごろ  
場所 氷見漁港～氷見沖  
料金 無料  
対象 市内の小・中学生とその保護者(中学生は単独での参加も可能です)  
定員 各日20人  
※応募多数の場合は抽選

申込方法 7月15日(水)まで  
申込 市内小・中・義務教育学校で配布する応募用紙に必要事項を記入し水産振興課へ提出、またはFAXかメールにて①氏名②住所③性別④学校名・クラス⑤第1希望日・第2希望日⑥保護者の氏名⑦保護者の参加の有無⑧早期でも連絡がつく連絡先をお知らせください。  
〒74-81002  
氷見市役所

料金 無料(別途テキスト代必要)  
募集方法 7月15日(水)まで  
申込 電話にて  
〒74-81004  
氷見市役所

一般離職者訓練の受講生募集

再就職を目指す求職者を対象に講座を開講します。  
募集訓練科 会計事務科  
期間 8月20日(木)～11月19日(木)  
場所 スクール・パスタ  
160教室 氷見市役所397  
対象 ハローワークに求職の申し込みをしている人など  
料金 無料(別途テキスト代必要)  
定員 15人  
※受講予定者が8人未満の場合は、中止となる場合有

募集方法 7月30日(木)まで  
申込 電話にて  
〒74-10445  
氷見市役所

第58回 氷見市美術展覧会 出品作品募集

10月7日(水)～12日(月)にあれあいスポーツセンターで開催する氷見市美術展覧会の出品作品を募集します。  
募集部門 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真

募集

第9次氷見市総合計画 審議会委員募集

氷見市では、第9次氷見市総合計画(令和4年度～令和13年度まで)を策定するにあたり、市長の諮問に応じ、総合計画の策定に必要な事項を調査審議する氷見市総合計画審議会の委員を募集します。  
応募資格 令和2年7月1日現在、市内に1年以上居住している20歳以上の人で、平日の日中に開催する会議(任期中6回程度)に出席できる人  
任期 第9次総合計画策定終了まで(令和4年6月末までを予定)

募集人数 2人程度  
募集期間 7月1日(水)～14日(火)必着  
応募方法 応募用紙に必要事項を記入の上、応募の動機(800字程度)を添付して、郵送、メールまたは窓口にてあて先 〒93518686  
(住所記載不要)  
地方創生推進課  
選考結果 7月下旬までに応募者全員にお知らせします。  
氷見市役所

出品資格

市内出身者もしくは在住または市内の企業や団体、学校に勤務・通学する高校生以上の人  
出品料 500円(高校生は無料)  
出品受付 10月2日(金)午後1時～6時  
10月3日(土)午前9時～正午

出品方法 氷見市芸術文化団体協議会、造形芸術センターまたは教育委員会窓口にある出品票に必要事項を記入し、作品と合わせて出品受付日(10月2日)までに出品してください。  
氷見市美術展覧会運営委員会事務局  
〒74-8271

トレセン教室(8月・9月期) 会員募集

初級エアロ 曜日 金曜日  
時間 午後8時10分～9時10分  
対象 中学生以上  
内容 簡単な動きを繰り返してエアロの動きを覚えましょう!慣れている方でも安心です。  
料金 5600円  
(2カ月7回分/保険料込)  
※今回のみ料金が変わっています。  
※その他の教室は氷見市スポーツポータルサイトをご覧ください。  
氷見市役所

行政改革推進市民懇話会 委員募集

市で進めている行政改革について、市民の皆さんのご意見を幅広く反映するため、行政改革推進市民懇話会の委員を募集します。  
応募資格 令和2年7月1日現在、市内に1年以上居住している20歳以上の人で、平日に開催する会議に出席できる人(公務員、氷見市の他の審議会などの委員は除く)  
任期 令和2年8月13日～令和3年3月31日  
募集人数 2人  
謝礼 出席1回につき2000円  
募集方法 7月20日(月)必着  
申込 7月20日(月)必着  
メールまたは郵送にて①住所②氏名③年齢④性別⑤職業⑥電話番号⑦応募の理由⑧市の行政改革に関する意見・提言(400字程度)をお知らせください。  
あて先 〒93518686  
(住所記載不要)  
総務課組織働き方改革担当

選考結果 8月上旬までに応募者全員にお知らせします。  
氷見市役所

enjoy'n教室参加者募集

曜日 木曜日  
時間 午後7時30分～8時30分  
対象 中学生以上  
料金 8500円  
(4カ月12回分/保険料込)  
定員 20人  
内容 月2回 経験豊富なランニングトレーナーが走ることに必要なトレーニングや正しい走り方を指導。月1回、ウェーブストレッチでセルフケア。  
持ち物 ランニングシューズ、タオル、飲み物  
申込 電話にて  
※平日のランニング走路無料。  
※小学生は1回1000円で親子参加可。子どものみの参加は不可。  
※体験は一回のみ1000円で随時受付。  
氷見市体育協会  
〒74-8500

お知らせ

七夕竹飾り処理します

ご家庭の七夕竹飾り処理します。今年より場所が変更となっています。ご注意ください。  
日時 7月7日(火)  
午後6時30分～8時  
(雨天決行)  
場所 氷見市役所駐車場  
氷見市役所

金属資源・紙資源・リサイクル 持ち込み大歓迎! 引き取りも!

例えば、こんなものも...

新聞 雑誌 段ボール 農機具 機械類 自転車 金属廃材 アルミ 電化製品

環境を愛し、資源を大切に

お気軽にお問い合わせください

中西商店 検索

氷見市伊勢大町2丁目10-22 ☎72-0183 広告

事業経営、事業承継、人事労務、相続税・贈与税など 広告

お困りごとは、専門家にご相談ください。

無料相談会のお知らせ

日時 7月11日(土) 午前9時～正午  
場所 田中会計ビル(建615)  
予約 前日までに電話で※次回は8月22日(土)開催予定です。

TOMS 田中会計グループ 税理士法人田中会計 TOMS社労士事務所  
☎91-1700(担当:橋本) <http://www.toms-web.co.jp>

花苗の直売 in あいやまガーデン

秋まで楽しめるサルビア、ペゴニア、ペチュニア、百日草などの花苗を特売価格で販売します。

日時 7月4日(土)、5日(日) 11日(土)、12日(日)  
9:00～16:00

1苗80円～ 駐車場で開催!

※ガーデンにご入園の際は、入園料がかかります。  
※コロナ感染予防のため予定が変更になる場合がございます。

【問合せ】 氷見あいやまガーデン ☎72-4187 広告

こんなリフォーム会社、探してた。

「どうしよう?」の毎日を、もっと 安心の毎日に

さんのみや

お電話または店舗にてお問い合わせください

0766-72-3038

受付時間 8:30 - 17:00 氷見市伊勢大町2-7-9  
リフォーム工事・氷見市・高岡市上下水道工事店・LPガス・灯油・家電・太陽光発電

水まわりの修理、リフォームのご相談・お見積もり 無料!!

お客様の自宅を訪問し、実際の様子からお見積もりいたします。お気軽にお電話ください。

三ノ宮住設 検索 広告



**夏の交通安全県民運動**

スローガン  
さわやかに  
夏を走ろう

期間  
7月11日(土)～20日(月)

重点  
①子供と高齢者の交通事故防止  
②横断歩道における交通安全対策の推進  
③飲酒・暴走運転等の根絶  
④自転車等の安全利用の推進  
⑤環境防犯課 ☎74-8068

**ペットを飼うときは  
マナーを守りましょう**

犬  
・放し飼いは絶対にやめましょう。  
・散歩時はリードでつなぎましょう。

猫  
・屋内で飼育しましょう。  
・ふん尿・悪臭によって、ご近所に迷惑をかけるため、また、猫が交通事故に  
あつたり、感染症にかかる危険から守るため屋内飼育に努めましょう。

・不妊去勢手術をしましょう。  
・子猫を望まない場合は、不妊去勢手術に努めましょう。  
・のら猫へのえさやりは行わないようにしましょう。  
のら猫が増えてご近所の迷惑になってしまいます。えさを

**行政相談**

日時  
7月6日(月)、20日(月)  
午後1時30分～4時

場所  
市役所カンファレンス2  
市民課 ☎74-8010

介護サービスや受診の相談など  
⑥地域包括支援センター  
☎74-8067

**年金相談**

日時  
7月8日(水)  
午前10時～午後2時30分

場所  
市役所カンファレンス3・4  
市民課 ☎74-8010

※高岡年金事務所(☎214180)へ予約された方優先

**人権相談**

日時  
7月9日(木)  
午後1時30分～4時

場所  
市役所カンファレンス2  
市民課 ☎74-8010

**税理士による無料税務相談**

日時  
7月16日(木)  
午後1時～4時

場所  
①北陸税理士会高岡支部  
(高岡商工ビル4階)  
②氷見市役所1階カンファレンス  
申込 9日(木)午前9時から電話にて

**7月は「社会を明るくする運動」強調月間**

テーマ 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ  
「社会を明るくする運動」は、全ての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせて、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする運動です。

氷見保護司会では、強調月間中に広く市民にこの運動の趣旨について知っていただくため、街頭広報活動などを行います。  
⑥福祉介護課 ☎74-8111

**木造住宅の耐震診断・耐震改修の支援制度**

対象住宅  
①木造一戸建て  
②建物の過半部分が昭和56年5月31日以前に着工された

**無料法律相談**

日時  
7月17日(金)  
午後1時～4時

場所  
市役所カンファレンス2  
申込 前日午前8時30分から電話にて  
市民課 ☎74-8010

※初めての人で、氷見市に住民登録がある人。電話での先着順。

**多重債務法律相談**

日時  
7月17日(金)  
午後4時～5時

場所  
市役所カンファレンス2  
申込 前日午前8時30分から電話にて  
市民課 ☎74-8010

**裁判所の出張手続き案内**

日時  
7月22日(水)  
午前9時～正午

場所  
市役所カンファレンス1  
申込 17日(金)までに富山地方裁判所高岡支部(☎225151)へ  
市民課 ☎74-8010

**いっしょの相談窓口**

こころの健康に関する相談を受け付けております。一人で悩

**宮澤正明写真展「伊勢神話への旅」**

1300年前から途切れることなく続けられてきた伊勢神宮の神事「式年遷宮」を正式記録写真家として撮影してきた宮澤正明。伊勢神宮の神秘に包まれた荘厳な世界をご覧いただき、自然への感謝と神話と共に歩んできた日本人の心をたどる作品群をお届けします。

期間  
7月26日(日)  
時間  
午前9時～午後5時  
(入館は午後4時30分まで)

休館日  
月曜日(祝日の場合は翌日)

場所  
ミューゼふくおかカメラ館  
(高岡市福岡町福岡新559)

料金  
一般 800円  
65歳以上 640円  
高校・大学生 400円  
中学生以下 無料

**お隣りさん情報**

高岡市  
まず、ご相談ください。  
氷見市健康課 ☎74-8414  
平日 午前8時30分～午後5時  
富山県高岡厚生センター氷見支所 ☎74-1780  
平日 午前8時30分～午後5時  
富山県心の健康センター ☎076-428-1151  
平日 午前8時30分～午後5時  
料金 無料

**7月10日から自筆証書遺言書保管制度がはじまります！**

自筆証書遺言書を作成した本人が、法務局に遺言書の保管を申請することができ、制度です。紛失や亡失の防止、他人による破棄や改ざんを防ぎ、遺言者だけではなく受遺者などにもメリットがあります。詳しくは、法務省ホームページをご覧ください。だくか、お問い合わせください。  
富山県地方法務局高岡支局 ☎22-2327

**各種相談**

住宅相談  
日時  
7月2日(木)  
午前10時～午後3時

場所  
市役所カンファレンス1  
市民課 ☎74-8010

**もの忘れ・認知症相談会**

認知症は早期に発見し、適切な対応や支援を受け、進行を緩やかにすることが大切です。時間内にいつでも気軽に越してください。

日時  
7月5日(日)  
午後1時～3時

場所  
デイサービス宙の家  
(氷見市島尾6617)

内容  
自分や家族の心配ごと、

**市税の納期 7月31日(金)**

固定資産税2期  
国民健康保険税1期  
後期高齢者医療保険料1期  
介護保険料1期  
市税の徴収猶予の特例については税務課(☎748041)まで。

**人口と世帯数**

6月1日現在。(一)内は前月比  
総人口 4万6286人 (△64人)  
男 2万2137人 (△33人)  
女 2万4149人 (△31人)  
世帯数 1万7549世帯 (△12世帯)

**5月の人口動態**

出生 12人／死亡 60人  
転入 39人／転出 55人

**交通事故発生状況**

6月1日現在※1月からの累計  
(一)内は前年比  
人身事故件数 24件(+10件)  
負傷者数 28人(+13人)  
死者数 1人(±0人)

**まずはお気軽にご相談ください！**

**個人の方**

遺言・相続、離婚・養育費  
交通事故、借金、消費者被害  
損害賠償、刑事事件  
その他暮らしについての相談…

**事業主の方**

債権回収、取引上の紛争  
労務管理、社会福祉の相談  
医療・業事に関する問題  
その他事業についての相談…

**氷見法律事務所**  
富山県弁護士会所属 弁護士 白木謙一  
氷見市窪436-1 窪ビル204  
☎91-5610  
相談の際は電話でご予約ください

**廃車・事故車 売れない車、その場で現金買い取りします！！**

どんな車も一度お見せください！  
●廃車登録の諸経費、引き上げ費、運搬費も全て無料！  
●リサイクル税や自動車税未納、書類不備の車もご相談ください。

新車・中古車販売・車両買取

**SK ファミリーオート**

お気軽にお問い合わせください ☎076-464-5100  
お気楽にお見せください  
氷見営業所 氷見市十二町347-9  
本社 富山市安養寺1296-1

事故車 下取車 眠ったままの車  
無料で査定します

見積り無料

**買い取り料金例**

普通車 (排気量2,000cc以上) 15,000円～  
普通車 (排気量2,000cc未満) 10,000円～  
軽4 (書類付きに限る) 5,000円～  
トラック系 (書類付きに限る) 50,000円～  
※その他の車両はご相談ください

院長 吉田真由子  
日本精神神経学会 精神科専門医  
日本救急医学会 救急専門医

医師 成瀬恵理  
日本精神神経学会 精神科専門医

わたしたちが  
氷見の皆さまの  
こころのケアを  
お手伝いします

医療法人 明心会  
**柴田病院**  
精神科・神経科・心療内科  
〒933-0843 高岡市永楽町5-1 (氷見市役所より車で約20分)  
TEL 0766-22-0705  
HP https://www.shibata-hp.or.jp

**シルバーで活かそう特技、増やそう仲間  
働ける！働きたい！元気な方！**

**シルバー人材センターの会員になりませんか？**

◎新入会員説明会  
毎月第4火曜日 午前10時～  
\*ただし、祝日の場合は翌日となります

◎申込・問い合わせ  
公益社団法人 氷見市シルバー人材センター  
氷見市鞍川1065番地 ☎74-8408