

令和7・8年度「にかほ市スポーツ推進委員」募集

☎ スポーツ振興課 ☎ 33 - 8855

▷スポーツ推進委員とは

スポーツ推進委員は、国のスポーツ基本法に基づいて市長が委嘱する非常勤職員です。本市では現在30人のスポーツ推進委員が務めていて、誰もが楽しめるスポーツを推進しています。また、各種研修を受講することで、自身の研鑽に努めています。

▷募集人数 若干名

▷任期 令和7・8年度 ※2年間、再任あり

▷報酬 年額上限 **70,000**円（交通費別途支給）

▷応募方法 エスパーク★にかほ（スポーツ振興課）に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し証明写真を貼り付けて提出

▷応募先 エスパーク★にかほ（スポーツ振興課）

▷応募期限 **3月12日**（水）

▷採用方法 面接（申込用紙受理後、面接日を調整）

条件

- ①にかほ市内に住所を有し、居住している方
- ②令和7年4月1日時点で満20歳以上でおおむね70歳までの方
- ③にかほ市におけるスポーツ推進のため、スポーツの実技指導や助言に熱意を持って取り組むことができる健康な方

職務

- ①障がいのある人もない人も「みんなが楽しめるスポーツ」の実技指導（ニュースポーツ、ウォーキング、パラスポーツ体験など）
- ②体力運動能力、スポーツ実態調査の実施
- ③スポーツ事業の協力や調整等
- ④各種研修会への参加



令和7年度「広報モニター」募集

☎ 総務課 ☎ 43 - 7507

▷対象 20歳以上の市民

▷期間 1年間（4月1日号～翌3月15日号）

▷内容 簡易なレポート等の提出（月1回）

▷募集人数 6人

▷応募期限 **3月21日**（金）

▷応募方法 広報モニター応募と明記し、①住所、②氏名、③年齢、④性別、⑤職業、⑥電話番号を記入し、はがき・FAX・電子メールで応募

▷応募先

〒018-0192 にかほ市象潟町字浜ノ田1番地
にかほ市役所 総務部 総務課
FAX43-5707

☐ soumu@city.nikaho.lg.jp



介護予防ボランティア募集

☎ 地域包括支援センター ☎ 32 - 3045

65歳以上の方を対象とした運動教室や認知症講座などの介護予防事業をお手伝いして下さる介護予防ボランティアを募集します。

《介護予防ボランティア講習会（受講必須）》

▷日時 **3月19日**（水） 9:30～11:00

▷会場 スマイル

▷講習内容 高齢者の特徴、介護予防について、トレーニングマシンの使い方など

▷受講料 無料 ▷定員 5人程度

▷応募期限 **3月10日**（月）

「にかほ市市民菜園」使用者募集

☎ 農林水産課 農業振興班 ☎ 38 - 4303

市では農業に対する理解を深めることを目的に、野菜および花きを栽培する場所「市民菜園（松ヶ丘地内）」を提供しています。使用を希望される方はお問い合わせください。

▷使用期間 4月1日（火）～令和8年3月31日（火）

▷使用協力費 1,000円/100㎡ ※応募者多数の場合は抽選。

▷応募期限 **3月14日**（金）

子どもの予防接種週間《3月1日（土）～7日（金）》

☎ こども家庭センター 母子保健班（金浦保健センター） ☎ 38 - 4200

予防接種への関心を高め接種率の向上を図るため、3月1日から7日まで「子どもの予防接種週間」が実施されます。にかほ市内では、下記の日程で各医療機関において予防接種を受けることができます。公費負担で接種できる期間中に予防接種を済ませましょう。

由利本荘市でも実施する医療機関がありますので、ご希望の方は直接医療機関にお問い合わせください。

▷接種内容 B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、不活化ポリオ、BCG、二種混合、日本脳炎、水痘、MR、ロタウイルス、おたふくかぜ、HPV

医療機関	電話番号	3/1(土)	3/2(日)	3/3(月)	3/4(火)	3/5(水)	3/6(木)	3/7(金)
小出診療所	☎36-2124	—	—	午前・午後	午前・午後	午前・午後	午前・午後	—
加藤医院	☎35-2543	—	—	午後	午後	午後	午後	午後
きさかたクリニック	☎43-5522	—	—	午後	午後	—	午後	午後

※医療機関によって実施していないワクチンもありますので、直接医療期間にお問い合わせください。

令和6年度各種予防接種・妊産婦健診・一般不妊治療・不育症治療助成金の申請は済んでいますか？

☎ にかほ市ネウボラあのおね ☎ 38 - 4200

今年度、県内外の契約医療機関以外での予防接種や里帰り先での妊産婦健診、一般不妊治療費、不育症治療費にかかった費用の助成金申請は、年度末の3月31日が申請期限です。申請が済んでいない方は忘れずに申請してください。不妊・不育症治療は3月分の治療費を含みます。必要書類が間に合わない場合は担当までご連絡ください。

▷対象期間 令和6年4月1日（月）～令和7年3月31日（月）

入学・就職・転勤等による引っ越しで住所を異動される方は「正確な住所の異動届」が必要です

☎ 市民課 戸籍住民班 ☎ 32 - 3035

・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。引っ越しの際は、住所変更の日から14日以内に忘れずに届出をお願いします。※正当な理由なく届出をしない場合、5万円以下の過料に処されることがあります。

・マイナンバーカードをお持ちの方は、引っ越し先の市区町村にマイナンバーカードを持参し、必要な手続きを行ってください。

・「転出届」は、マイナポータルを通じてオンラインで提出できます。詳しくはデジタル庁公式サイトをご覧ください。



デジタル庁のHPはこちら

毎年3月1日～8日は「女性の健康週間」です

☎ 健康推進課 ☎ 32 - 3000

女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすことを目指し、厚生労働省では毎年3月1日から8日を「女性の健康週間」と決めました。女性のからだは、女性ホルモンの影響によって変化します。自分のからだについて正しい知識をもち、からだからのサインを見逃さないようにすることが大切です。

《女性の健康に関する情報提供ウェブサイト》

女性の健康に関する情報や病気のセルフチェック、女性へのおすすめ献立など、充実した内容が盛りだくさんです。日々の健康管理にご活用ください。※ウェブサイトをご覧になれない方には、リーフレットもありますので、担当までご連絡ください。



女性の健康推進室ヘルスケアラボ（厚生労働省）

3月は「自殺対策強化月間」です

☎ 健康推進課 ☎ 32 - 3000

3月は「自殺対策強化月間」です。ストレス社会に生きる私たちにとって、こころの健康を保つ生活が大切です。健康推進課では、精神科医や臨床心理士による相談日（要予約）を設け、個々の相談に対応しています。一人ひとりがこころの健康づくりに取り組み、元気に過ごしていくためにお気軽にご相談ください。