



新刊情報

市立図書館こびあ ☎ 32-4100

問 象潟分館 ☎ 43-2229

仁賀保分館 ☎ 35-4711

今月のオススメ

『考古学者だけど、発掘が出来ません。多忙すぎる日常』

青山 和夫・大城 道則・角道 亮介/著

とにかく休みが来ない！毎日17時間労働、2泊4日のエジプト弾丸ツアー、毎日300ページ以上の英語文献を読む…。忙しすぎて発掘調査が出来ません！とにかく休みが来ない3人の考古学者たちが、「働き方改革」とは無縁な日々を綴る。



仁賀保分館所蔵

こ び あ 児 童 書	一 般 書	逃亡者は北へ向かう	柚月 裕子	象 潟 分 館	一 般 書	和算入門 江戸の算数ものがたり	松本 匡代
		20代で学んでおきたい33のこと	肘井 学			謎は花に埋もれて	宇佐美まこと
		松本ぱりっつの夫婦漫才旅	松本ぱりっつ			風待荘へようこそ	近藤 史恵
		いますぐ防犯	佐々木成三			農家が教える厄介な雑草の叩き方	農山漁村文化協会
		足の下のステキな床	——			美しくて奥が深い世界遺産	世界遺産検定事務局
	児 童 書	心地よい暮らし製作所	午 後		一 般 書	まいぜんシスターズをさがせ!!	佐久間さのすけ
		雑草を攻略するための13の方法	谷本 雄治			いかだネコG氏12のぼうけん	山下 明生
		ブラック郵便局	宮崎 拓朗			稲作ライブ	サル イン
		べつに友達じゃないけど	やまもとりえ			春立つ風「弥勒」シリーズ13	あさのあつこ
		やなせたかしと小松暢の人生	——			あなぱん 上	中園 ミホ
	あ 児 童 書	見て楽しめる！せかいの国旗	中妻雅彦/監修	仁 賀 保 分 館	一 般 書	猫の刻参り 三島屋変調百物語拾之続	宮部みゆき
		つよいいきもの	小宮輝之/監修			誰にも頼れない不登校の子の親のための本	野々はなこ
		もし、自分に負けそうになったら	日本児童文学協会/編			金運100	た か み ー
		そらののりものえほん	いしかわこうじ			ひこうきがしゅっぱつします	岡田光司/写真
		ハンバーグだいすき	いわさきまゆこ			学研まんがNEW世界の歴史 1～13巻	近藤二郎/監修
		ポケモンだあれかな？めくってわくわくしかけえほん	——		児 童 書	天才？発明家プロロコイ 1	やまだゆーりー

ここに紹介した新刊図書は一部です。他にも多くの新刊図書がありますので、お気軽に職員にお尋ねください。各館、各公民館には全新刊図書リストを置いています。

所長コラム Column

B & Gで水中運動や地域の自然を楽しむ活動をしてみませんか

市のプール施設では、健康維持増進を目的に市内外の方々が、毎日楽しそうに会話しながら運動しています。水中歩行は浮力で関節にかかる重さを軽減しますが、負荷がかかり、心肺機能や筋力アップ効果があります。慢性的な関節痛などの場合、痛みがあるからと動かさないでいるとかえって悪化する傾向があるので、気になる方は一度医師に相談してから水中運動を始めてみてはいかがでしょうか。ある膝関節痛をお持ちの市民の方は、プールで毎日40分程度の水中運動を続けた結果、筋力もつき、痛みなく歩行できるようになったそうです。以前街中でその方と会ったとき、「プールがあって助かった、膝は順調だ」と嬉しい言葉をいただきました。整形術後のリハビリや生活習慣改善を目的にプールで運

動すると、痛みが軽減し処方箋が減るとい方もいます。

また、竹嶋潟にあった金浦のB & G艇庫施設がリニューアルされます。竹嶋潟を訪れる方々が気軽に利用できるよう、トイレ、シャワー室、多目的スペース、鳥海山と竹嶋潟を眺めくつろぐことのできるカウンターテーブル等を設置します。その他、カヌーも気軽に体験可能ですし、スケートボード等の用具も貸し出します。スタンドアップパドルボード（写真で私が乗っているボードです）、スノートレッキングなど、地域の自然を楽しむ体験もできます。実施予定などは広報やホームページ、SNSで情報発信していきます。



象潟・金浦B & G
海洋センター所長
齊藤 徹



市営住宅等入居者募集

問 建設課 ☎ 38-4307

- ▷ 申込 申請書に必要書類（申請者・同居人の所得・納税証明書、住民票謄本等）を添付して提出
- ▷ 申込期限 6月2日(月)
- ▷ 家賃 14,000円～55,000円（入居する住宅や世帯収入・人数によって変動）
- ▷ 敷金 決定した家賃の3ヵ月分※入居資格等の詳細は問い合わせください。

市営住宅松ヶ丘（象潟：鉄筋3階） 16戸

H 5年築…2LDK	1階1戸
	2階1戸
	3階3戸
H 7年築…2LDK	2階1戸
	3階1戸
H 8年築…2LDK	1階1戸
	3階2戸
H 10年築…1LDK	3階1戸
2LDK	3階2戸
H 14年築…2LDK	1階1戸
	3階2戸

特定住宅つばき（仁賀保：木造2階） 2戸

H 7年築…4LDK	2戸
------------	----

市営住宅建石（象潟：鉄筋3階） 8戸

S 55年築…2LDK	2階2戸
	3階1戸
S 56年築…2LDK	3階1戸
S 57年築…2LDK	3階1戸
S 59年築…2LDK	2階2戸
S 60年築…2LDK	3階1戸

市営住宅さくら（仁賀保：鉄筋3階） 2戸

S 63年築…2LDK	2階1戸
	3階1戸

市営住宅はまなす（仁賀保：鉄筋2階） 2戸

H 1年築…メゾネット式	2戸
--------------	----



国民年金

問 本荘年金事務所 ☎ 24-1111
市民課 国保年金班 ☎ 32-3032

《令和7年度の保険料》

令和7年4月から令和8年3月までの国民年金保険料は17,510円（月額）です。国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一の病気や怪我、死亡の場合にあなたや家族の生活の支えとなります。保険料は忘れることなく納めましょう。

《納め忘れはありませんか？》

国民年金保険料の納め忘れがあると、将来受け取る年金が生涯にわたり減額されます。保険料は、納付期限を過ぎても2年間はさかのぼって納付することができます。納付書を紛失された場合は、年金事務所へお問い合わせください。

《年金額を増やしたい方へ》

国民年金第一号被保険者の方は、希望により付加保険料を納め、年金額を増やすことができます。月々の定額保険料に付加保険料（400円）をプラスして納めると、65歳から受け取る老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。付加年金の年間受け取り額は〈200円×付加保険料納付月数〉となります。付加納付を希望される方は、市役所または年金事務所へお申し出ください。

《こんなときには必ず届出を！》

国民年金の加入のしかたが変わるときには、その都度届出が必要となります。20歳になったとき（厚生年金・共済組合の加入者を除く）や会社を退職したとき、配偶者の扶養からはずれたときなどには、市役所窓口へ届出してください。届出を忘れ、国民年金が未加入になると、将来受け取る年金が少なくなったり、年金を受けられなくなったりする場合があります。