

相談窓口

個人権啓発・男女共同参画室
TEL20-7605 FAX22-5904

どこに相談したらよいか分からず、一人で、または家庭で抱えている悩み事はありませんか？

各窓口で悩みをお聴かせください。一緒に解決策を考えましょう。相談は無料で、秘密は守られます。

※祝日・年末年始は休み（祝日の記載のある場合を除く）。その他の相談窓口は、35ページに記載しています。

ひきこもり支援

ひきこもりでお悩みの15歳以上（高校生を除く）でおおむね60歳までの方や、その家族が対象です。

相談名・連絡先	とき・ところ
ひきこもり支援センター アマ・テラス TEL41-6005 FAX22-1077	月～金曜の8:30～17:15 元気館2階健康推進課

いじめ・不登校

●学校でいじめられている—①②③ ●子どもが学校に行きたがらない—②③ ●親から暴力を振るわれている—①

相談名・連絡先	とき・ところ
①子どもの人権110番 相談専用 TEL0120-007-110 FAX23-5226	月～金曜の8:30～17:15 法務局柏崎支局
②いじめ不登校電話相談 相談専用 TEL22-4115	月～金曜の9:00～17:00 市役所分館3階子どもの発達支援課
③カウンセリング 予約専用 TEL32-3397	月～金曜の9:00～17:00 市役所分館3階子どもの発達支援課

子育て

●子どもの成長や発達で気になることがある—① ●子育てに心配なことがある—① ●虐待かも…？と思ったら—②

相談名・連絡先	とき・ところ
①児童家庭・育児相談 TEL20-4215 FAX20-4201	月～金曜の8:30～17:15 元気館1階子育て支援課
②子どもの虐待相談 TEL47-7786 FAX20-4201	

女性への暴力・セクハラ

●配偶者や交際相手から暴力を受けている—①② ●職場でセクハラを受けている—①

相談名・連絡先	とき・ところ
①女性の人権ホットライン 相談専用 TEL0570-070-810 FAX23-5226	月～金曜の8:30～17:15 法務局柏崎支局
②DV・女性福祉など TEL47-7190 FAX20-4201	月～金曜の9:00～17:00 元気館1階子育て支援課

高齢・介護・障がい

●高齢の方・障がいのある方が虐待を受けている—①②
●年を取り、または障がいがあり、家事ができなくなった—①②
●足腰が弱くなってきたので、健康づくりに取り組みたい—①

相談名・連絡先	とき・ところ
①高齢の方の保健・福祉・介護相談 TEL21-2228 FAX21-4700	月～金曜の8:30～17:15 市役所1階介護高齢課
②障がいのある方の相談 TEL21-2299 FAX21-1315	月～金曜の8:30～17:15 市役所1階福祉課

心と体の健康づくり

- 気持ちが落ち込み、眠れないー①②③
- 健診結果や病気の相談をしたいー①
- 家族がアルコール依存症であるー①②③
- 肝炎・エイズにかかっていないか心配ー④

相談名・連絡先	とき・ところ
①心と体の健康相談 TEL20-4214 FAX22-1077	月～金曜の8:30～17:15 土・日曜、祝日の9:00～16:30（第1日曜とその前日は休み） 元気館2階健康推進課
②新潟県こころの相談ダイヤル TEL0570-783-025	365日24時間対応
③中越地域のいのちとこころの支援センター TEL0258-88-0070	月～金曜の8:30～17:15
④肝炎・エイズ相談 TEL22-0121	月～金曜の8:30～17:15 柏崎保健所

相続・離婚損害賠償

- 遺産相続のやり方が分からない
- 遺言書を作成したい
- 離婚に当たり、慰謝料・養育費を請求したい

相談名・連絡先	とき・ところ
法律相談 ※下の表の「心配ごと相談」を受けた方が対象。 TEL22-1411 FAX22-1441 ※要事前予約。	第1・3火曜の13:00～15:00 総合福祉センター
司法書士相談 TEL22-1411 FAX22-1441 ※要事前予約。	第4木曜の13:00～15:00 総合福祉センター
行政書士相談 TEL22-1411 FAX22-1441 ※要事前予約。	奇数月の第3木曜の13:00～15:00 総合福祉センター

仕事 U・Iターン

- 向いている仕事を探したいー①
- 内職の情報が知りたいー②
- U・Iターンの情報が知りたいー③

相談名・連絡先	とき・ところ
①若者職業相談 ※おおむね35歳までが対象。 TEL21-8621 FAX32-3860	月～金曜の10:00～17:30 フォンジェ地下1階「ワークサポート柏崎」 ※フォンジェ休業日は休み。
②内職相談 TEL21-8621 FAX32-3860	
③U・Iターン情報ステーション TEL47-7333 FAX23-5112	月～金曜の8:30～17:15 市役所1階元気発信課

各種心配事

相談名・連絡先	主な相談内容	とき・ところ
みんなの人権110番 相談専用 TEL0570-003-110 FAX23-5226	差別やSNS上の誹謗中傷 ^{ひぼう} など、人権問題全般	月～金曜の8:30～17:15 法務局柏崎支局
けいさつ相談 TEL21-0110 FAX22-0101	悪徳商法、ストーカー行為、子どもの非行	24時間対応可 柏崎警察署
税金相談 TEL22-2131（自動音声案内）	国税についての相談	月～金曜の8:30～17:00 柏崎税務署 ※要事前予約（確定申告期は別途）。
心配ごと相談 TEL22-1411 FAX22-1441	日常生活の悩み事	月・火・木・金曜の9:00～12:00 （受け付けは11:30まで）総合福祉センター
行政相談 TEL21-2333 FAX24-7714	国・県などの業務に関する苦情・要望	第3月曜の10:00～12:00（祝日の場合は第4月曜）総合福祉センター

誰もが自分らしく生きるために 権利擁護センター がオープン

閩福祉課 TEL21-2299 FAX21-1315



4月から、社会福祉協議会に柏崎市権利擁護センター（以下、権利擁護センター）を開設しました。成年後見制度とはどのような制度なのか、利用するにはどうすればいいか聞いてみたいという方は、権利擁護センターへお問い合わせください。

権利擁護センターとは

権利擁護センターは、成年後見制度の相談受け付け、研修会の開催、市民後見人養成講座などを行います。相談の内容によっては、市内の地域包括支援センターや障害相談支援事業所などと連携し、本人の状況に適した支援を案内し、サポートします。

地域での会議など、
出張相談会のご依頼
もお受けします

お問い合わせ・ご相談は

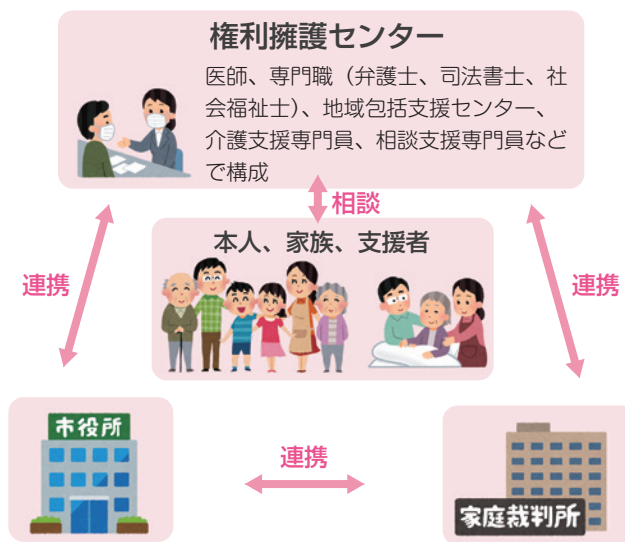
権利擁護センター

- ▶ところ…豊町3-59（総合福祉センター内）
- ▶開設時間…8:30～17:15
- ▶相談方法…来所、電話（TEL22-1411）



センターの役割とは

高齢者・障がい者の単独世帯、高齢者のみの世帯、障がい者の子と高齢の親などの世帯が近年増えていきます。地域で暮らす全ての方が医療・介護・福祉など生活の基本となるサービスを適切に利用できるよう、地域で支えることが必要です。地域の医療、介護、福祉、法律の専門家などと連携し、さまざまな制度を活用して、地域で支える仕組み作りを進めます。権利擁護センターは、地域連携ネットワークの中核となる事務局を担います。



成年後見制度とは

成年後見制度には、「法定後見制度」と「任意後見制度」があります。

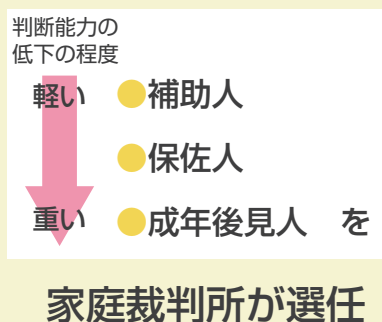
今すぐに制度を利用する必要がある場合は「法定後見制度」、将来的に必要なになった時のために備えておくのが「任意後見制度」です。今回は、成年後見制度の中でも利用者の多い「法定後見制度」について、紹介します。

法定後見制度とは

法定後見制度は、認知症、知的障がい、精神障がいなどにより自分一人で物事を決めることが難しくなったり、正しい判断が十分にできなくなったりした場合、家庭裁判所によって選ばれた成年後見人などが本人の意向や生活環境に配慮しながら財産の管理や介護サービスなどの契約を行い、ご本人の権利を守りながら生活を支援する制度です。本人や四親等内の親族などが申し立てを行い、家庭裁判所が法定後見人を選任します。本人の判断能力に応じて、後見、保佐、補助の3つに分かれます。

法定後見制度

判断能力の程度によって



成年後見人などができること

成年後見人など（成年後見人、保佐人、補助人）は、本人の意思を尊重しながら、金銭や不動産の「財産管理」と、福祉サービスや施設を利用するための手続きといった「身上保護」を行います。

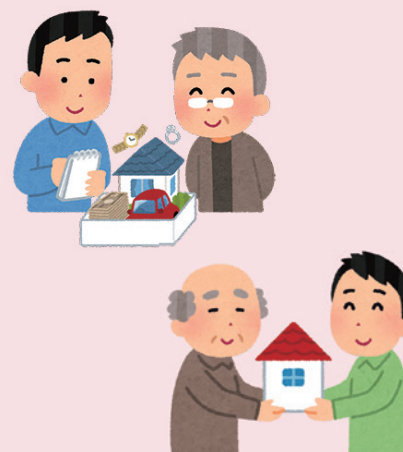
できること

財産管理

- 預貯金通帳、印鑑の管理
- 金銭の払い戻し、公共料金の支払い、年金の手続き
- 不動産の管理・処分
- 相続の手続き など

身上保護

- 心身の状況、住空間の確認
- 福祉サービス、施設の契約 など



できないこと

- 毎日の買い物、食事の準備
- 医療行為への同意
- 賃貸借契約の保証人
- 遺言書の作成、婚姻・離婚の手続き

家事をシェアしてハッピーに！

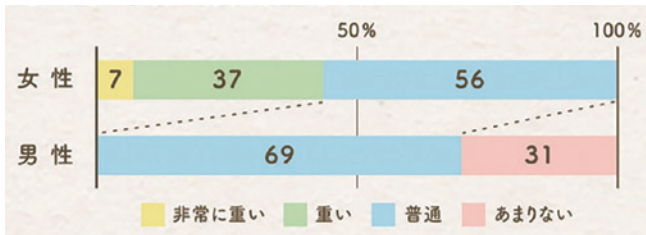
個人権啓発・男女共同参画室 TEL20-7605 FAX22-5904

「家事をシェアする」ってどういうこと？

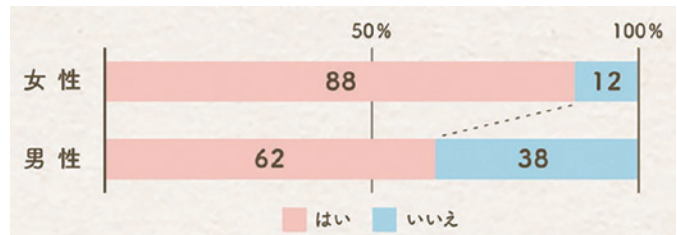
例えば、朝ごはんの支度のときに、家族の一人だけが忙しくしていることはありませんか？
夫婦や家族「みんなが」お互いの状況に合わせて積極的に動けば一人にかかる負担が軽くなります。
家事は「みんなで」協力し合ってやる、それが家事シェアです。

柏崎の子育て世代の意識

●家事・育児の分担度の感じ方

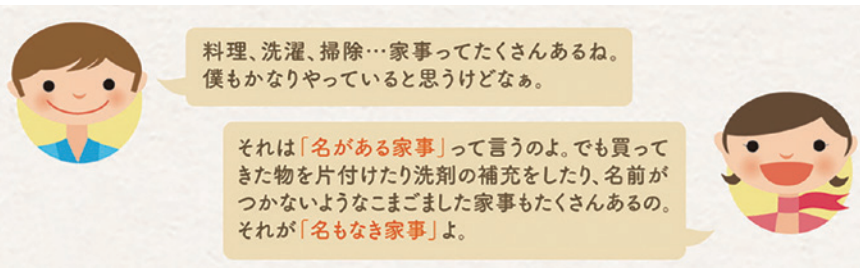


●パートナーに家事・育児の分担を望みますか？



出典：親子わんだーランド生き・活き・子育て「子育てアンケート調査」(2019)

「名もなき家事」を知っていますか？



家事ってやることがいっぱい！

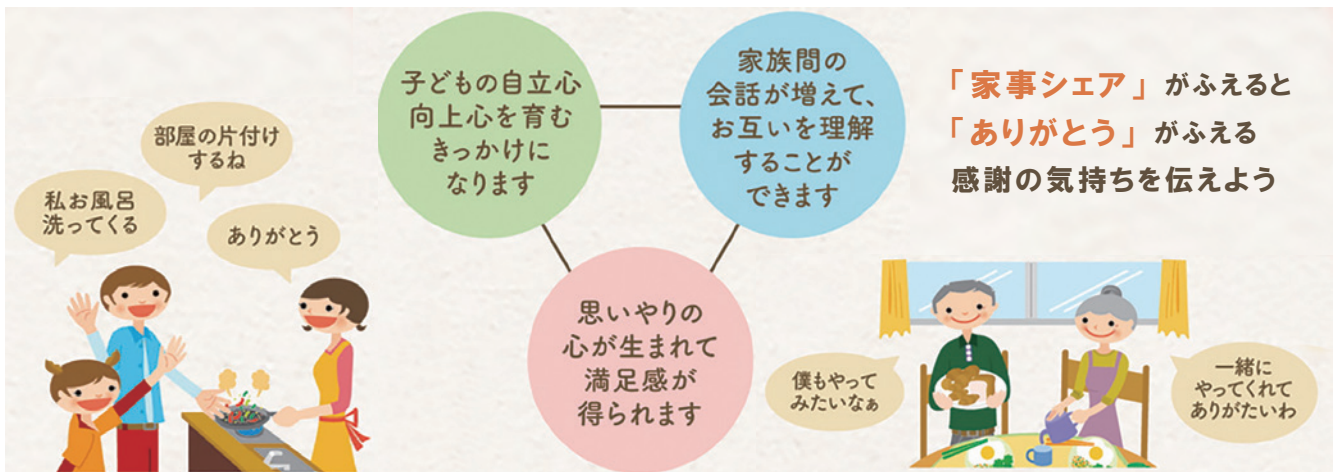
- ストック品のチェック
- 電球を取り換える
- タオルを交換する
- 衣替えをする
- ティッシュの空き箱を捨てる
- 郵便物のチェック などなど

何から始めよう？

まずは「朝の10分」から始めてみませんか？

- 朝食の準備
- 食器洗い
- 保育園などの送迎
- お弁当作り
- ごみの分別とごみ捨て
- 洗濯物干し

家事シェアが進むとメリットがたくさん！



あなたのご家庭の

「家事シェア度」

をチェックしてみましよう

- 自分がやっている家事に Check✓
- 夫婦一緒にやっている家事にもそれぞれ Check✓

合計 (58 問)

夫 個 妻 個

洗濯 <12 問> 夫 妻

洗濯物の裏返しチェック、仕分け	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗濯機を回す	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗濯物を干す	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗濯物を取り込む	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗濯物をたたんで収納する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗濯機のフィルター清掃	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗剤を補充する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
汚れたタオルを取りかえる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
脱ぎっぱなしの服を片付ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
アイロンをかける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ベッドや布団を整える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
クリーニングに出す	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

掃除 <12 問> 夫 妻

風呂掃除	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
トイレ掃除	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
玄関掃除	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
台所掃除	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
掃除機の紙パック交換	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
掃除機をかける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
床やガラス、鏡をふく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
物を片付ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ゴミの分別	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ゴミ出し	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
新しいゴミ袋のセット	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
庭の草むしり	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

料理 <11 問> 夫 妻

献立を考える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
食事をつくる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
食卓をふく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
料理を食卓に並べる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
食べ残しを片付ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
食後の食器を洗う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
食器を片付ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
冷蔵庫の中を整理する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
調味料を補充・交換する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
買い物をする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
買って来た物を片付ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

育児・子育て <13 問> 夫 妻

おむつを替える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ミルクを飲ませる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもの食事を手伝う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもを風呂に入れる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもの歯磨きをする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもを寝かしつける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもの習い事などの送迎をする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもの学校の準備、勉強をみる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
園・学校からのお知らせをチェックする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
園・学校行事に参加する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもを病院へ連れていく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもと遊ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
子どもの衣服の管理	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

その他 <10 問> 夫 妻

玄関の靴 <small>ぞり</small> を揃える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
靴箱へ靴を片付ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
新聞を取りに行く	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
郵便物のチェック・廃棄	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ペットや植物の世話	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
主な家計の管理	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
親戚と連絡をとる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
町内行事に参加する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
シャンプー等を詰め替える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
日用品の購入	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

前向きな気付きがありましたか？



アンケートに

ご協力ください

こちらから ▶▶



※リーフレットは、市役所 3 階
人権啓発・男女共同参画室で
配布しています。

よ～きたね～！

柏崎市は 移住者の皆さんを歓迎します！

問元気発信課

TEL47-7333 FAX23-5112

移住者の皆さん！ ようこそ柏崎市へ！

柏崎での生活には慣れましたか？ 移住者向けの補助制度を始め、あなたに合ったライフスタイルの実現に役立つ情報を紹介します。

移住者の方必見！ あなたの柏崎ライフを応援します！

柏崎ライフを応援！ U・Iターン補助制度

①「新生活応援補助金」

柏崎に就職などでU・Iターンされた方に、県内からの移住で3万円、県外からの移住で5万円を補助します。



②「ウェルカム柏崎ライフ応援事業補助金」

大学などを卒業後、U・Iターンされた方に、奨学金償還額の一部を補助します。最大10万円を5年間！
※7月から申請可能。



③「U・Iターン促進住宅支援事業補助金」

県外からのU・Iターンで、市内に就職された方に、賃貸住宅の家賃の一部を補助します。2年間で最大60万円（子育て加算含む）！



④「U・Iターン住宅取得助成金」

住宅ローンを組み、定住用住宅を取得される方に、基本10万円を支援します。 ※加算要件有り。



U・Iターン補助制度は オンラインでもできる！

左の①～④の補助制度は、マイナンバーカードを使ってスマートフォンやパソコンから24時間いつでも申請できます。

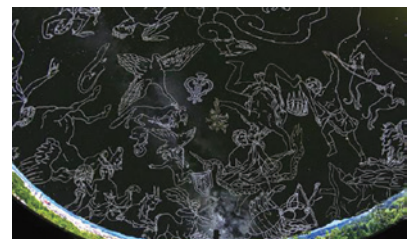


おすすめ！

柏崎の息抜きスポット

「博物館・プラネタリウム」

高精細・大迫力の星空を4K映像で楽しめます。



「みなとまち海浜公園」

海の柏崎を思う存分楽しめる公園です。イベントが開催されていることもあります。



柏崎ライフ YouTube オリジナルムービー

移住にあたって気になる情報を動画にまとめました！



「冬の生活編」

除雪や防寒対策など、冬の暮らし方をIターン者が実演で紹介합니다。

「地域との関わり編」

どう地域と関わればいいのか不安…という方に、基本的な地域との関わり方をIターン者が紹介します。

「子育て編」

Uターンして仕事と子育てを両立するママが、柏崎での子育てに役立つ情報を紹介します。

市長への手紙

市民の皆さまには、日ごろから市政運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

柏崎市は“市民の皆さまの声が活かされる市政”を進めています。安心・元気・希望に満ちた柏崎市にするため、市政に対するご提案・ご意見をお寄せください。

皆さまの声を市政に生かし、市民との協働のまちづくりを進めてまいります。

柏崎市長

お寄せいただいたご提案・ご意見には、責任を持って回答いたしますので、必ず住所・氏名・電話番号をお書きください。

また、頂いたお手紙・お答えした内容は、個人情報を除いて広報かしわざき・市ホームページなどで公表する場合があります。

▶ 問い合わせ

総務課

☎21-2333 FAX 24-7714

✉kocho@city.kashiwazaki.lg.jp



柏崎

(こまめ)

9 4 5 - 8 7 9 0

日石町2番1号

柏崎市長
ゆき

(やまおり)



料金受取人私郵便



差出有効期間
2023年3月31
日まで有効
〔切手を貼らずに
お出しください〕



(やまおり)

市政に対する皆さまのご提案・ご意見をお寄せください。

線に沿って切り取り、のり付けしてから投函してください。
ファクスをお持ちの方は、この面だけ送信していただいても構いません。

市長への手紙

年 月 日

住 所 〒 _____

柏崎市

氏 名 _____ 性 別 男 女

年 齢 _____ 代 _____ 電話番号 _____

※市長の署名付き回答希望 担当課の回答希望 回答はிரない

いずれかの に必ず (チェック) をつけてください。 (チェック) のない手紙には
回答いたしませんので、ご了承ください。

タイトル:

(のりしろ)

(のりしろ)

(のりしろ)

CASE No.31



企業がつくったものづくり大学

新潟工科大学

シミュレーション解析を応用して、様々な分野にチャレンジ!

KEY PERSON

新潟工科大学 バイオメカニクス・UD研究室 教授 **笹川 圭右さん**

新潟工科大学バイオメカニクス・UD研究室の笹川圭右教授は、様々な製品の強度を調べる「シミュレーション解析」を、医療分野に応用する研究を進めています。

人体に近いシミュレーションでリスクの少ない医療を!

シミュレーション解析に用いる骨のモデルを持つ笹川教授



この研究は、主に医療分野で、ヒトの骨や皮膚の強度を測るために応用されています。

県内の整形外科医師と共同で、骨折時にどのような力が骨に加わって折れてしまったのか、また治療によって体内に入れる金属製品がいかにか長く壊れずに使えるか、などをシミュレーション解析を用いて予測し、より良い治療につなげる研究をしてきました。

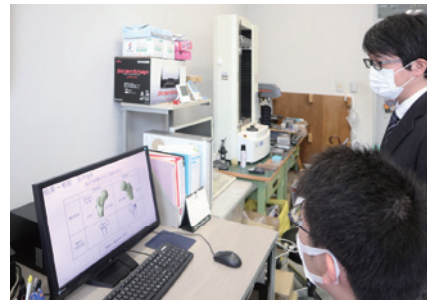
ヒトを対象にした研究分野の場合、実際の機器を用いて実験すると大きなリスクにつながる場面が多々あります。

「しかし、骨のモデルを使ってシミュレーション解析することで、人体に近い結果を得られることが、この研究分野の大きな利点です」と、笹川教授は言います。

培った技術の可能性を広げ、幅広い分野の応用に生かしたい

過去には、三条市の金属加工会社と協力して、冬季パラリンピックのアイスホッケーで使われる「専用ソリ」の設計にも携わりました。

椅子の形状をしたソリの多くは海外製であるため、日本人の体型に合った大きさや重さ、壊れにくい形状などをシミュレーション解析し、過去にない製



学生の研究結果をチェックする笹川教授

品開発に貢献しました。ものづくりの技術と人体構造の知識を持つ笹川教授だからこそできたプロジェクトです。

「社会には、シミュレーション解析の技術を応用できる分野が、まだまだたくさんあると考えています。今後はこの技術がものづくりだけでなく、様々な分野で生かせないか、さらに幅広く研究して、開拓していきたいと思います」

そう話す笹川教授の研究が、近い将来、思いがけない分野で私たちの生活に新しい可能性を届けてくれるかもしれません。

市民のみなさんにひとこと

新潟工科大学には様々な分野の専門家が揃っているの、困りごとがあれば相談してください。解決の糸口になればと思います。

新潟産業大学からお知らせ マリブカフェ新メニューの 試食会を行いました



大学HP

権田ゼミナール(まちづくり・地方行政分野)とマリブカフェ(市内東本町)、柏崎信用金庫では産学金連携事業として「学生によるマリブカフェの若者向け新メニューの提案」を進めており、試食会を行いました。

店長には「若年層世代の来店を増やしていきたい」という思いがあり、柏崎信用金庫と連携協定を結んでいる本学の学生とコラボメニュー開発に取り組むことになりました。

学生が考案したのは3種類のカレー(マリブカレー、サバトマカレー、キーマカレー)で、いずれも個性あるメニューに仕上がりました。新メニューの提供開始は今年度中を予定しています。



※この紙面はスタッフゼプト「柏崎サイズ」編集部が制作しています。



新潟工科大学からお知らせ 各種コンクールで 好成績を収めました



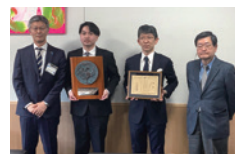
大学HP

JIA新潟県内大学卒業設計コンクール2022で、大学院博士前期課程1年3名(写真上)の2021年度卒業設計作品が金賞、銀賞、銅賞を独占する快挙を成し遂げました。いずれも新潟県内の敷地を題材にしたもので、建築模型とプレゼンボードにより表現されています。

また、4年の勝海凱斗さんの論文(「高校生向け地域学習型アプリケーション『白い地図』の提案」)が、第22回理工系学生科学技術論文コンクールで最優秀賞・文部科学大臣賞を受賞しました。これを受けて4月8日に櫻井市長を表敬訪問し、成果を報告しました。(写真下)



左から北澤さん、山崎さん、鈴木さん



左から2人目が勝海さん