

ひととひとをつなぐ

思いが詰まったこだわりの逸品

閩福祉課 TEL21-2357 FAX21-1315

かしわハンズ



▲市 HP

宝町 2-11 ☎ 21-7331

パンの製造・販売を行い、地域社会とのつながりを作っています。手作りのパン生地にこだわっています。

▶営業時間…月～金曜 10:00 ～ 12:30

(祝日を除く。なくなり次第終了)

※土曜日はソフィアセンターでパンを販売しています。

▶駐車場…3 ～ 4 台程度

こだわり商品 おからパン



おからをパン生地に混ぜ込んだ、体にやさしい逸品。
手作りのコールスローサラダとの相性も抜群。

こだわり商品 あんバターコッッ



地元企業特製のあんこを使った、定番の逸品。生地の手でたっぷり塗られたあんことバターのハーモニーがくせになります。

皆さんに安全面・衛生面に配慮したパンを届けたいです。これからもかしわハンズを温かく見守ってほしいです。

松谷さん



市民の方々に喜んでもらえるようなおいしいパンをこれからも作ってまいります。

山崎さん



障がい者就労施設では、
障がいのある方やスタッフが
1つ1つ気持ちを込めて丁寧に作った
商品を販売しています。
手作りパン、焼き菓子、ランチなどを
ぜひ味わってみてください。

喫茶めぐ

📍 松波 2-2-39 📞 47-7119

ランチ営業、弁当・総菜・クッキーの製造・販売を行っています。アットホームな雰囲気の中、ゆったりと過ごせます。

▶ 営業時間…月～金曜 11:00～16:30（祝日を除く）

※土曜日はソフィアセンター、道の駅西山ふるさと公苑で
クッキーを販売しています。

●ランチ営業＝11:00～14:00（ラストオーダー 13:40）

▶ 駐車場…6 台程度



@WORKSTAGE_KISSA.MEGU



▲市 HP



手作りにこだわった地産地消
メニュー。この日のメインは
ハンバーグカレー。ボリューム
満点、季節野菜たっぷり、
リーズナブルな値段でお昼の
ひと時を彩ります。



原材料と味の種類にこだわっ
た「喫茶めぐ」オリジナルクッ
キー。
パッケージは、障がいのある
方がデザインしています。

「また来たい！」と思っても
らえるような明るい接客を心
掛けています。喫茶めぐをよ
ろしくお願いします。

グッキーの味にあったイ
メージを大切にしています。
多彩なキャラクターにもぜ
ひ注目してください。

下条さん



中山さん





柏崎市消防本部の通信指令室

119番通報、 その一歩が命をつなぐ

消防本部警防課 TEL24-1500 FAX24-1119

119番通報は命を守るための大切な一歩です。通報を受けた消防署は、すぐに出動の準備を整え、必要に応じて電話で応急手当の方法をお伝えします。

“いざ”という時に落ち着いて行動できるよう、119番通報をする時のポイントと、その先にある「できること」を知っておきませんか？

昨年7月からスタート

「見える通報（Live119）」

スマートフォンのカメラ機能を使用して、火災や救急現場の状況を「見える化」するシステムです。通信指令員が必要と判断したときに、ご協力をお願いすることがあります。皆さんの力を貸してください。



▼Live119の
詳細（市HP）



119番通報を受けた通信指令員の気持ち

1

場所をできるだけ正確に知りたい！

救急車や消防車を早く正確に到着させるためには、場所の特定が非常に重要です。住所のほか、目印になりそうな建物、交差点、橋、バス停など、特定するためのヒントになる情報を伝えてください。



▲通報を受けながら、場所を特定し状況のメモを取る通信指令員

2

何が起きているかをハッキリと聞きたい！

火事や病気、突然のケガや事故。状況によって出動する車が変わります。可能な範囲で構いませんので、状況を詳しく教えてください。場所だけを伝えて電話を切ることがないように、ご協力ください。

消防車や救急車は、いつ出動するの？

通信指令員は 119 番通報を受けている最中に消防隊や救急隊に出動の指令をかけ、出動準備をさせています。

通話が終わらないと出動しないということではないので、慌てずに質問に答えてください。

3

質問に落ち着いて答えてほしい！

通信指令員は、正確に状況を把握し、出動する隊に伝えなければなりません。命を救うためにたくさん質問しますが、落ち着いて答えてください。

火事の時は…

何が燃えている？
逃げ遅れた人はいる？

救急の時は…

傷病者は、呼びかけて返事をする？
呼吸はある？

応急処置の協力をお願いしますことがあります

救急車などが到着するまでの間、傷病者（けがをした人、具合が悪くなった人）の容態を悪化させないために、心肺蘇生法など応急処置のやり方をお伝えすることがあります。可能な範囲でご協力をお願いします。

電話をスピーカーに切り替えると、説明を聞きながら応急処置が行えます。



ちよきん
早めの貯筋で

健康寿命を



関介護高齢課

TEL43-9125 FAX21-4700

“人生 100 年時代” いくつになっても自分の足で歩けるように

筋力は 20 代をピークに、40 代からは何
もしなければ年 1% ずつ低下するといわ
れています。

「自分のことを自分でできる期間（＝健康
寿命）」を延ばすためには、元気なうちか
ら筋肉を貯筋することが効果的です。

コツコツ貯筋体操は、足腰の筋力と柔軟
性を向上させ、転倒しにくい体をつくる

ことを目的とした柏崎市オリジナル体操
です。柏崎でいつまでも自分の好きなこ
とを続けられるように、コツコツ貯筋体
操に取り組んでみませんか。

コツコツ貯筋体操の会場や、
体操動画はこちらから▶



コツコツ貯筋体操を実践している皆さんの声



長崎新田 末崎さん

普段使わない筋肉を動かすの
で、体が軽くなります。農作業
の合間にコツコツ貯筋体操のス
トレッチを取り入れています。



西山町五日市 中澤さん、押見さん

中澤さん コツコツ貯筋体操に
はいろいろな体操の要素が含ま
れていて、やりがいがありま
す。一人では難しいけど、
会場に来れば続けられま
す！

押見さん 体にも心にも
良い効果があります
ね。参加者同士で交流で
き、人とのつながりを感じ
られます。



中澤さん

押見さん

初めての方必見！

コツコツ貯筋体操まつり

筋トレの効果や健康の秘訣を知ること
ができます。お気軽にお越しください。

▶内容

①谷本 道哉さん（順天堂大学大学院
スポーツ健康科学研究科教授）による
講演

②谷本さんと黒崎 弘明さん（マスタ
ーズ陸上日本記録保持者）による対談

▶とき…10月10日（金）13:30～

▶ところ…文化会館アルフォーレ

谷本さん▶



▼黒崎さん



コツコツ貯筋体操センターで 健康に投資を！

閩介護高齢課
TEL43-9125 FAX21-4700

朝9:00から、土曜日も開所しています

便利になったコツコツ貯筋体操センターで、運動を日々の習慣にしませんか？

センターでは1日4回、体操動画を見ながらコツコツ貯筋体操を行っています。また、センター内にあるパワーリハビリ（介護予防教室）では、さまざまなマシントレーニングができます（65歳以上の市民の方が対象）。指導員が使い方を優しくお伝えするので、器械が苦手な方も安心です。

コツコツ貯筋
体操の様子▶



マシンで大胸
筋を鍛える▶



「足がつかなくなりました！」

山崎さんは毎晩睡眠中に足がつり、目が覚めていました。しかし、体操やパワーリハビリが習慣になってからは「全くつかなくなった」と効果を実感されています。

人生 100 年時代、まだ先は長いです！これからもスポーツで汗を流し、おいしいお酒をいつまでも楽しみたいです！

山崎さん

開所時間

月・火曜
木・金曜

9:00～正午、
13:00～16:00

水曜
土曜

9:00～正午

問い合わせ

東本町 1-15-5 フォンジェ 2 階

●コツコツ貯筋体操センター
TEL22-6537

●パワーリハビリ会場
TEL47-7681

利用料

体操

無料

パワー
リハビリ

10 回券：1,020 円
30 回券：2,550 円



コツコツ貯筋
体操センター



パワーリハビリ

こんなに費用がかかるなんて...

「空き家を放置」は高くつく

空き家を放置すると、周囲に悪影響を及ぼすだけでなく、**固定資産税**など維持管理の費用がかかり、**過料**などが科されることも。

空き家は、所有者・相続人による管理が大原則。困った空き家の解決策を紹介します。

図建築住宅課

TEL21-2291 FAX23-5116

市 HP▶



解決策

1 速やかに修繕・解体を！

- 屋根や外壁の落下や崩壊で、近隣住民・通行人へ危険を及ぼすように
- 虫やネズミがわき、悪臭が発生。景観の悪化だけでなく、衛生上の問題も
- 不法侵入など犯罪の温床になり、治安が悪化

放置された空き家は、このような問題を引き起こしています。周囲に悪影響を及ぼす前に、適切に管理や解体をしましょう。

解決策

2 利活用・売買の相談を！

管理に困った空き家は「特定非営利活動法人 aisa」へご相談ください。内容に応じて専門家へおつなぎします。次の担い手がない場合、解体することも解決策の一つです。

特定非営利活動法人 aisa



(かしわざき市民活動センターまちから内 (西本町 3-2-8))

TEL21-5910 9:30 ~ 21:00 火曜



管理されていない空き家は行政指導が行われます

固定資産税の特例解除などの不利益処分（行政処分）を受ける可能性があります。



義務化された**相続登記**はお済みですか？

正当な理由なく相続登記をしない場合、**10万円以下の過料**が科される可能性があります。放っておくと、相続人の数が増える分、手続きに必要な時間、費用、書類も増えてしまいます。

特に状態の悪い空き家が対象

●危険空き家除却補助金

更地にすることを条件に、解体費用の2分の1（最大50万円）の補助が受けられます。

※立地適正化計画の居住誘導区域内は、15万円を加算。

詳細（市 HP）▶



●空き家セミナー

専門家から、空き家に関する基礎知識、売買の実情、困ったときの対応などを学べます。



▲昨年度の開催内容（市 HP）

●ふれあい講座

市職員が空き家問題の基礎知識、行政の取り組みなどを解説します。

※10人以上の団体から受け付け

▶申し込み…電話で、文化・生涯学習課（TEL20-7500）へ。

令和8（2026）年4月から

休日の地域クラブが 本格的にスタートします！



市は令和4（2022）年度から、スポーツ庁や文化庁の指示のもと、中学校の休日の部活動を地域で行う準備をしてきました。来年度から、地域クラブがスタートします。

岡学校教育課

TEL43-9132 FAX23-0881

地域クラブって？

スポーツ庁からの指示で、令和8（2026）年4月から休日の部活動を行わないことになりました。その受け皿の一つとして設置するのが、地域クラブです。

設置種目は、陸上、野球、バレーボール、ソフトテニス、吹奏楽です。市の部活動ガイドラインに従って活動します。教育委員会と各種目の連盟や協会と話し合いながら、必要な指導者を配置していきます。



どうして地域クラブが必要なの？

少子化などの影響で中学校の部活動の設置種目や部員数が減り、一つの学校だけではチームが成り立たない状況になりつつあります。

そこで、学校以外の地域でも中学生がスポーツや文化芸術活動に親しめる環境を作るため、地域クラブの運営が必要になりました。

地域クラブの詳細
はこちらをご覧ください。
（市ホームページ）



どうしても地域クラブに入らないといけないの？

参加は任意です。

地域クラブ以外に、既にある民間のクラブや習い事を選択することもできます。

また、平日の部活動の種目と異なる地域クラブを選択することもできます。



活動のための費用負担は必要？

必要です。

かかる費用は、地域クラブごとで異なりますが、ご家庭の負担が大きくならないように配慮しながら、各地域クラブを運営していきます。

※令和7（2025）年度から、学校経由で家庭にお知らせ文書を配布しています。

大会やコンクールには出場できる？

出場は可能です。

中体連主催の大会は、今ある部活動と連携しながら出場手続きを行います。

連盟・協会主催の大会には、地域クラブごとに出場の有無を決定し、出場することになります。

CASE No.71 | 新潟工科大学

リアルな大学生活をストレートに伝えるチャンス!

KEY PERSONS

新潟工科大学

オープンキャンパス実行委員

おおふち えいと

委員長 大淵 永登さん(3年)

くすみ よう

副委員長 久住 瑤さん(3年)

たざか わたる

副委員長 田近 航さん(2年)

先輩たちの姿に憧れた思いが、自分の成長に

毎回多くの高校生と保護者の皆さんが訪れる新潟工科大学オープンキャンパスは、学生たちでつくる『オープンキャンパス実行委員』と、大学教職員が協力して、運営しています。

実行委員長の大淵さんは、「高校生の時に参加したオープンキャンパスで対応してくれた先輩たちの姿に憧

て、実行委員になりました。参加者の皆さんと接することで、コミュニケーション能力が向上し、それが自己成長につながったことも、理由のひとつです」と話してくれました。

久住さんや田近さんも同様に、先輩の姿に憧れ、実行委員になることを決めたといいます。



オープンキャンパスで参加者にあいさつをする大淵さん

大学の魅力と入学前の不安を、飾ることなく表現したい

参加者を迎えるための準備では、「約30名いるメンバーはそれぞれの仕事で割り振られています。自分の分担だけでなく、周りを見て自分ができることを率先してサポートに行ける学生が揃っているの、毎回スムーズに進められています」と田近さん。

柏崎市内外から多くの方が訪れるオープンキャンパス当日は『学生交流コーナー』を設けて、参加者からの質問に答えています。

入学後の学びについてはもちろんですが、参加者が抱える多くの不安が生活面にあるといいます。経験に基づいたアドバイスで、一人暮らしやアルバイト、通学方法などの入学前の不安を少しでも取り除いてあげたいという気持ちで接しているといいます。

「高校生の皆さんは、進路選択についてとても迷うと思います。オープンキャンパスは、ネットやパンフレットの情報だけでは分からない

大学の雰囲気を感じられる大切な機会なので、新潟工科大学に限らず、積極的に参加してほしいと思います」と久住さんは高校生に向けてアドバイスをしてくれました。

新潟工科大学は、県内唯一の4年制工科系私立大学です。柏崎に住む高校生の皆さんも、地元の大学の雰囲気をオープンキャンパスで感じてみてください。先輩たちがあたたかく迎えてくれますよ。

実行委員のメンバーから 市民のみなさんにひとこと

新潟工科大学は地域に根差した大学ですので、市内企業の皆さんにインターンシップなどでお世話になることも多いかと思います。その際にはバシバシとご指導をお願いします!



実行委員会の中心メンバー(左から)久住さん、大淵さん、田近さん



新潟産業大学からお知らせ JR東日本新潟支社と連携し 「駅からハイキング×AR体験」を開催



大学HP

観光分野の溢谷ゼミナールがJR東日本新潟支社と連携し、柏崎市の魅力を詰め込んだ学生目線のハイキングコースを設定しました。

利用方法は、「駅からハイキング」のアプリをダウンロードし、コースに参加します。また、スマートフォン等をコース上のAR(拡張現実)スポットにかざすことで、街並みに画像や説明文が浮かび上がり、より臨場感のある「駅からハイキング」をお楽しみいただけます。(※別途「XR CHANNEL」アプリのダウンロードが必要)
柏崎市の自然や文化、グルメなどを盛り込んだコースとなっていますので、ぜひご参加ください。

学生駅ハイ×AR体験「柏崎を写真に残したい! 海・文化・カフェ巡り〜ARで広がるまち歩き体験〜」

【期 間】2025年9月1日(月)〜10月31日(金)
【参加費】無料 ※コース内の店舗利用は有料です。
【スタート場所】柏崎駅 【受付時間】11:00〜13:30



参加方法等、
詳細はこちら



新潟工科大学からお知らせ 9月13日(土) オープンキャンパス 開催のお知らせ



大学HP

■日 時/9月13日(土) 10:00〜15:00

■プログラム内容/

- ・面接試験対策講座:面接試験に向けたポイントを分かりやすく解説します。
- ・年内入試特待生試験対策講座:授業料が最大60万円減免になる試験の対策を受験生目線で解説します。
- ・5学系の学び体験:興味のある学系に分かれ、それぞれの特徴を説明するほか、学系の魅力を体験します。

このほか、キャンパス見学、保護者説明会、学食無料体験、相談コーナー...など
詳細と来場申し込みについてはオープンキャンパス特設サイトをご覧ください。

※柏崎駅南口⇄大学間の無料送迎バスあり(要申込)

お問い合わせ/入試広報課 TEL 0120-8188-40

当日は一般市民の方も学食利用ができます!
(有料、予約不要。※営業時間11:00〜13:30)



オープン
キャンパス
特設サイト



※この紙面はスタッフゼプトが制作しています。