

たかおか

# 市民と市政 11

No.193

2021年11月号



秋の全国交通安全運動（9月21日～30日）に合わせて  
大仏様も交通安全祈願（大手町 大仏寺）

感染症対策へのご協力をお願いします

- こまめに手洗い・換気をしましょう
- ワクチン接種後も引き続き正しくマスクを着用しましょう
- 「密集・密接・密閉」の3つの密を避けましょう

ご自身を守るだけでなく、大切な家族や職場の同僚、友人の命を守るためにも、引き続き、緊張感を持った行動を心がけましょう。

広報紙への  
ご意見・ご感想を  
お待ちしております！

投稿フォーム



## 特集インタビュー 未来のメダリスト

5種目の格技で全国大会出場

# 堀田 みず希 選手

(南星中学校1年)



2歳半から始めた空手を皮切りに、5種目の格技で全国大会出場経験のある堀田選手。コロナ禍のため出場できる大会に限られる中、今年8月にはボクシングの全国大会で優勝を果たしました。今回は、「五刀流」で活躍する未来のメダリスト、堀田みず希選手を紹介します。

### プロフィール

平成20年9月生まれ。小学生の時に、空手・レスリング・柔道・ボクシング・相撲の5種目で全国大会に出場。現在は、中学生の全国大会において5種目全てで入賞を目指す。身長155cm。

### 全国大会での主な戦績

- 【空手】全日本空手道選手権大会 フルコンタクト空手 小学2年男女混合の部 **優勝** (平成28年)
- 【レスリング】全国少年少女選抜レスリング選手権大会 4年生 女子の部++36kg(42kg以下)級 **優勝** (平成29年)
- 【柔道】全国小学生学年別柔道大会 5年生女子の部 軽量級 出場 (令和元年)
- 【ボクシング】全日本アンダージュニアボクシング王座決定戦 中学女子の部 54kg級 **優勝** (令和3年)
- 【相撲】全日本小学生女子相撲大会 5年生の部 軽量級 **3位** (令和元年)

※コロナ禍のため、令和2年度以降は中止・不参加の大会あり

### 2歳半から始まった格技生活

「まずは、ボクシングの全国大会優勝おめでとうございます。大会を振り返って、いかがでしたか? (※8月21日、全日本アンダージュニアボクシング王座決定戦で優勝。東日本代表として出場し、王座決定戦は不戦勝)」

「ありがとうございます。小学5年生のときに出場した東日本代表選考大会では、年上の相手に負けてしまい、悔しい思いをしました。「次こそは」と思って挑んだ今回の東日本代表選考大会も2つ年上の選手が相手でしたが、勝ってリベンジできたのが凄くうれしかったです。」

「5種目の格技に取り組む堀田選手ですが、それぞれの競技を始めた年齢やきっかけを教えてください。」

「お母さんが空手道場をしていたことをきっかけに、2歳半から空手の稽古を始めました。哺乳瓶のミルクを片手に持ちながら、自分から「やりたい」と言い出したそうです。稽古を始めたときは、大人の人たちの組手を初めて見たときに、「かっこいい!」と思ったのは覚えています。」

その後、「いろんなことに挑戦してみられ」とお父さんに勧められて、年長さんのときにレスリングを、小学1年生のときに柔道とボクシングを、3年生のときに学校代表で相撲を始めました。5年生からは柔術の稽古を始めたのと、中学校では陸上部や駅伝部の活動にも取り組んでいます。」

### 多項目頑張るからこそ、強くなれる

「練習や大会など、複数の競技に取り組むのは大変ではないでしょうか?」

「月曜日から土曜日まで、学校が終わったあとに毎日1〜2種目の練習をしています。日曜日は大会があることが多いです。つらいと思うこともたまにはあるけど、自分で決めたことなので頑張れます。」

「ただ、大会前は大変です。毎週違った競技の大会があるので、調整や追い込みが難しいし、レスリングと空手の型の全日本の大会が同じ日になってしまったときは、レスリングの大会会場で空手の型を練習したこともありました(笑)。種目ごとに切り替えて集中するのは難しいけど、格技では相手に隙を見せてはいけないので、集中が途切れないよう心掛けています。」

「一つの競技でうまくいかないことが



▲中学3年生男子を相手に組手稽古をする堀田選手 (写真右)



◀レスリングを始めた頃の堀田選手(写真右)。リオ五輪金メダリストの登坂絵莉選手(写真左)と会話しながらトレーニング。

▶ボクシングの試合中の堀田選手(写真奥中央)。各種目通じてライバルは「特定の誰かではなく、自分自身の気持ち」。



▶空手を始めた頃の堀田選手(写真左)。小さい頃から「自分で！」が口癖で、何でも自分でやってみたがる子だったとのこと。▼小学4年時、レスリングの全国大会で優勝した堀田選手。大会で訪れた地のご当地グルメを堪能するのも楽しみの一つだそう。



※掲載写真4点は堀田さん提供

あっても、別の競技を頑張ることで気分転換ができるところは、いろんな競技をやっていてよかつたなと思います。それぞれの競技に共通しているところがあるので、全部を頑張れば一つ一つの競技でも強くなれます。どの競技にも面白いところがあって、一番は頑張るべし。

### 文武両道で頑張る最強少女！

——新型コロナウイルス感染症は、大会や練習に影響していますか？

大会に向けて頑張っていて鍛錬していたのに、コロナで大会が中止になってしまったときはとても悔しかったんです。年上の選手や体格の大きい選手など、強い相手を倒して表彰してもらえることが、自分にとって一番のご褒美だからです。

練習で使っている体育館などの施設が休館になったときは、空手やボクシングの自主練習をしていました。体育館が使えるようになって、久しぶりに武道・格技の先生方や仲間たちに会えたときは嬉しかったです。

——学校ではどんな風に過ごしていますか？

普段は稽古や大会などがきついで、学校での生活は試験も含めて楽しい時間です。友達とは競技のことはあんまり話さないけど、大会が近いときは「頑張る」と声をかけてくれます。

競技だけでなく学校生活でも、いろ

んなことに楽しく挑戦するようにしています。委員会などの活動では、学級代表や学年代表になり、今は生徒会にも所属しています。

時間が足りないのですが、競技と勉強を両立するのは難しいけど、稽古が終わったあとは学業でも上位を目指して頑張っています。

### 憧れは日本代表選手とお母さん

——目標にしている選手や尊敬する人を教えてください。

高岡市出身の登坂絵莉選手や宮原優選手（共にレスリング）、向翔一郎選手（柔道）、黒川宗一郎選手（相撲）、それから指導者の先生方です。高岡で合宿があるときは、日本代表選手と一緒に過ごしたり、直接指導してもらえたいです。練習や試合を間近で見ると、「やっぱりさすがだな」と思います。

小学1年生のときに登坂選手に初めて会ったときは、登坂選手から「空手もやってみるの？」と話しかけてくれました。「世界で戦つるとる人と喋ってるなんてすごいな」と思ったのを覚えています。

東京五輪では、向選手の活躍も見ていました。バランスを崩したように見えたところで技をかけていてびっくりしたし、自分も動きを真似して取り入れてみたいと思いました。

それから、お母さんのことは選手としても人としても尊敬しています。お母さんは、空手で日本代表になった

り、ボクシング東京五輪の日本代表戦でも活躍したりしていました。普段の生活でも、わんぱくな弟たちを大きく包み込んでいて、すごいと思います。

### 夢はオリンピックで金メダル

——今後の目標と、市民の皆様へのメッセージをお願いします。

今頑張っている競技のうち、どれかの種目で、オリンピックや世界大会で金メダルを取るのが夢です。

高岡は武道が盛んなので、自分もこれから活躍して、高岡を武道や格技で世界に名だたる街にしたいです。まずは文武両道を目指して、将来はオリンピックで金メダルが取れるように頑張ります！

◆これからも、夢に向かって努力する高岡市のアスリートを応援します



▲ボクシング全国優勝を角田市長に報告する堀田選手（写真中央）右端は母の千宴子さん

え？まだ？

# そろそろ、あなたもマイナンバーカード



いま、高岡市では、4割以上の市民がマイナンバーカードを持っています。  
※交付率43.4% (令和3年9月末現在)

問合せ先 市民課 ☎ 20-1337 FAX 27-1188

## そもそも、マイナンバーカードって何に使えるの？

### カードを持っていると、こんなことに使える！

▶公的な本人確認書類になる！



高齢者や子どもでも、顔写真入りの身分証明書を無料で作ることができて良かったわ！

▶住民票などの各種証明書をコンビニで取得できる！



土日や早朝、夜間でもコンビニで証明書が取れて、窓口より100円安いんだ！



コンビニ交付サービス (市HP)

### スマートフォンなど※を持っている人は、こんなことにも使える！

※マイナンバーカード読取対応のスマートフォン又はICカードリーダーを接続したパソコン

▶オンラインで行政手続や確定申告ができる！  
(利用できる手続等は順次拡大中)



平日は市役所に行けないし、児童手当の現況届をオンラインで済ませたわ！



オンライン手続き (マイナポータル) ぴったりサービス

### NEW! カード取得後の登録で、健康保険証として使える！



転職で保険証が変わったとき、新しい保険証が届く前でも、マイナンバーカードで受診できるよ！  
※保険者への加入・脱退の手続きは必要



詳細・登録はこちら (マイナポータル)

10月20日から、マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました。  
現在、利用できる医療機関・薬局は、高岡市民病院など一部の医療機関のみですが、順次拡大中です。  
※お持ちの保険証もこれまでどおり使用できます。

**登録方法** マイナポータルのホームページまたはコンビニなどに設置のセブン銀行ATMから登録してください。

**必要なもの** ①マイナンバーカード ②数字4桁の暗証番号 (利用者証明用電子証明書用) カード受取時に市役所等窓口で登録済みの番号

◆市役所では、保険年金課窓口に登録用端末を設置していますのでご利用ください。

## マイナンバーカードの使い道がわかったら…マイナンバーカードを申請しよう！

次のものを用意して、申請しましょう。

▶スマートフォンやパソコンで申請する場合

▶郵便で申請する場合

- ①個人番号カード交付申請書
- ②顔写真 (オンラインの場合はデータ)



申請方法詳細 (市HP)

▶窓口で申請する場合

- ①個人番号カード交付申請書
- ②通知カード又は個人番号通知書
- ③本人確認書類2点 (運転免許証、パスポート、健康保険証、年金手帳、子ども医療費受給資格証など)
- ④住民基本台帳カード (お持ちの方のみ)

※窓口で上記のものを提出された場合、郵送でカードを受け取ることもできます。希望者は申し出てください。

オンラインは苦手だし、平日に市役所へ行くのが難しい、という人は…  
**イオンモール高岡で申請しませんか？**

**とき** 11月21日(日)午前10時～午後1時  
**ところ** イオンモール高岡東館2階  
イオンホール  
**持ち物** 窓口での申請時と同じ (左記参照)

先着150名様に記念品を進呈します！



## 申請から約1ヶ月経ったら…マイナンバーカードを受け取ろう！

申請から約1ヶ月後、市から「個人番号カード交付通知書」(はがき)が届きます。交付通知書に記載の必要書類を持参のうえ、市役所の窓口で本人がカードをお受け取りください。

カードの申請・受け取りのため、月1回程度、休日臨時窓口を開設しています。



休日臨時窓口

# 「まちなか居住」と「コンパクト・アンド・ネットワークのまちづくり」を推進しています

「まちなか区域」及び「居住誘導区域」での住宅取得やリフォーム費用の一部を補助します。

問合せ 建築政策課 ☎ 30-7291 FAX 20-1477

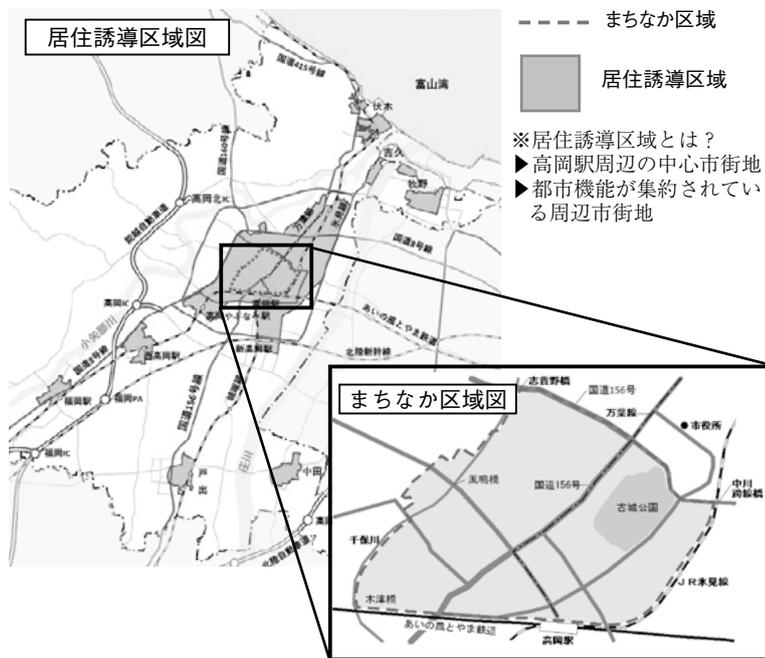
## たかおか暮らし支援事業とは？

人口減少や少子高齢社会が進行している現代においては、利便性が高く持続可能なまちづくりの実現が課題となっています。そこで高岡市では、公共施設やインフラが整備された中心市街地に居住する「まちなか居住」や、それぞれの周辺市街地を公共交通などで結ぶ「コンパクト・アンド・ネットワークのまちづくり」を推進しています。

これらのまちづくりの一環として行っている「たかおか暮らし支援事業」では、居住を支援する区域として「まちなか区域」と「居住誘導区域」を定めており、「まちなか区域」では最大50万円、「居住誘導区域」では最大20万円の住宅取得支援補助を行っています。

また、リフォームも支援しており、耐震改修とリフォーム支援を組み合わせると最大170万円、中古住宅の取得と併用すると最大220万円の補助になります。

以下の補助内容を参考に、まちなか居住やリフォームについて検討してみませんか。



## 補助内容

	補助要件	区域	補助金額(最大)
たかおか暮らし支援事業	①新築、建売・分譲マンション(要認定)、中古住宅などの購入	まちなか区域 居住誘導区域 (UIJターン世帯、子育て世帯に限る)	50万円 20万円
	②耐震改修に伴うリフォーム	まちなか区域、居住誘導区域	20万円
	③エコ(高断熱)リフォーム		
	④三世帯同居のためのリフォーム	まちなか区域	30万円 20万円
	⑤隣接土地の購入		
	⑥隣接土地上の空き家などの解体		
	⑦木造住宅耐震改修支援事業 (2階建て以下、昭和56年5月以前着工などの条件あり)	市全域	100万円

※①～④については、若年UIJターン世帯、若年子育て世帯、子育て世帯の三世帯同居の場合、最大10万円の加算があります。  
※補助率など詳しい内容は市ホームページでご確認ください。



市HP

## 補助の具体例

「まちなか区域」で木造中古住宅を取得し、耐震改修、エコリフォーム、三世帯同居のためのリフォームを行う、子育て世帯のAさん一家の場合…



(例) 左の補助内容より、補助金額は最大で、  
①+②+③+④+⑦+子育て世帯加算  
= 220万円

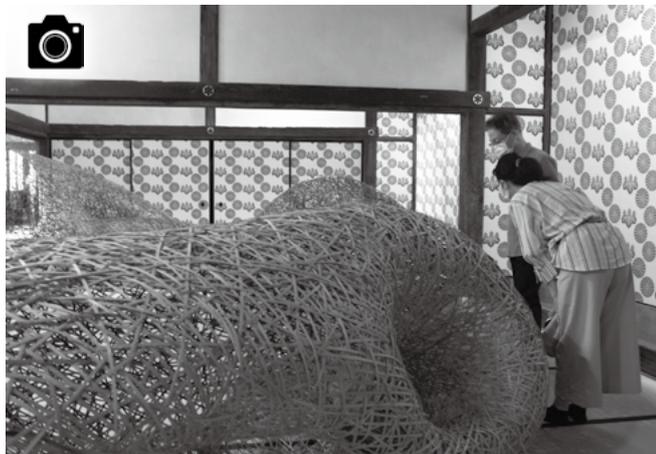
※中古住宅の場合、耐震基準に適合する必要があります。



補助を受けるためには、工事の契約や着工の前に申請が必要です。詳しくは建築政策課までお問い合わせください。



©Fujiko-Pro



もっとホット高岡ニュース 🔍 検索

このページで紹介できなかった出来事も  
随時掲載しています。



### 銅器のコースターづくりに挑戦 10月2日

御旅屋セリオへの高岡地域地場産業センター（ZIBA）移転1周年を記念し、工芸品のものづくり体験や、全国の特産品の販売イベントが開催されました。錫製のコースターを作成した小学5年生の小林悠愛ちゃんと小学1年生の眞大くん姉弟は「うまく作る事ができた。家でぜひ使いたい」と笑顔で話しました。

### 大迫力の空間展示 9月10日～10月24日

「北陸工芸の祭典GO FOR KOGEI 2021」が勝興寺を舞台に開催され、現代アート、工芸、アールブリュットなど、国内外で活躍する11人の作家の作品が展示されました。富山市から訪れた夫婦は、「自然光を活かした演出が美しかった。修復された勝興寺も立派で、作品に負けていなかった」と熱く語りました。

文化財再発見コーナー

## たかおか 温故知新

### 県内初の発掘ブームを起こした「城が平横穴古墳」

古墳時代後期の古墳の主流は、崖面に造られた横穴墓でした。

福岡町の舞谷・馬場地内には、52基の横穴墓があり、「城が平横穴古墳」として県史跡に指定されています。横穴を掘りやすい地質であること、小矢部川の氾濫被害に遭いにくいことから、この地域に横穴墓が多いと考えられます。この古墳の発見は、明治41（1908）年3月18日、馬場村石灰組合の作業員が、石灰小屋の修繕に集



▲城が平横穴古墳

った際の雑談がきっかけで「岩穴」を発掘したことが発端です。試しに掘り出したところ、大量の人骨などが出土し、その様子は「前代未聞の大珍事」と新聞報道され、騒動を起こしました。

大量の人骨に加え、刀剣、勾玉、須恵器などの副葬品が出土しており、被葬者は、社会的地位の高い人物だったと考えられます。中でも銀で象嵌された鉄製の頭椎柄頭（刀剣の柄部分）は、現存するものとしては北陸唯一の大変貴重なものです。

※工芸技法のひとつで、金属や木材、陶磁などに模様を彫り、そのくぼみに別な素材をはめ込む加飾法



▲鉄製頭椎柄頭



▲明治41年3月20日富山県西礪波郡赤丸村大字舞谷発掘分

問合せ 文化財保護活用課 ☎ 20-1463

■右のアイコンがついているものは、無料アプリ・カタログポケットで、動画やスライドショーを視聴できます。



※アプリのインストールは裏表紙下部をご参照ください。



### みなとオアシス伏木の魅力を体感 9月25日

伏木港周辺を指す「みなとオアシス伏木」の魅力を知らってもらうため、ノルディックウォーキングが開催され、30人が参加しました。ノルディックウォーキングとは専用のポールを使用し、全身を使いながら歩く運動。参加した人は「天気も良く、潮風を浴びながら歩き、気持ち良かった」と満足した様子でした。

### 子どもも大人も万葉に親しんで 9月26日

万葉歴史館に「万葉学習エリア」がオープンしました。万葉に馴染みがなくてもわかりやすい展示のほか、「万葉集〇×クイズ」や「万葉仮名で名刺を作ろう」コーナーなどもあります。親子で訪れた福岡町の安田さん一家は「大人が学べるのはもちろん、子どもも楽しめる要素があって良かった」と充実した表情でした。



さあ、新高岡駅から。

VOL.80

### 「高岡ロケ地ガイド」で、あなたも映画の主人公に

8月27日に全国公開された、藤原竜也さん主演の映画「鳩の撃退法」。そのロケ地として、高岡やふなみ駅や西高岡駅などが使われていたことをご存知ですか？ほかに、「君の隣をたべたい」「ここは退屈迎えに来て」「散り椿」「ナラタージュ」「アオハライド」など、高岡はさまざまな映画のロケ地となっています。



そんな市内のロケ地情報をA5サイズの冊子にまとめた「高岡ロケ地ガイド」が、高岡フィルムコミッション（映画やドラマなどのロケーションの誘致などを行う、観光協会内の組織）から発行されています。映画のどのシーンで登場するかなどが地図付

※各公共交通機関では、車内の消毒・除菌や換気などの新型コロナウイルス感染症対策を実施しています。

きで記載されており、このガイドを参考に各スポットを巡れば、映画の主人公のような気分を味わうことができます。その際は、公共交通機関を利用して、ゆったり景色を眺めながら巡るのがおすすめ。慣れ親しんだ風景が、普段よりも特別に、ドラマチックに見えるはずですよ。

「高岡ロケ地ガイド vol.5\*」や「『鳩の撃退法』公開記念・富山県ロケ地マップ」をご覧ください。観光協会までお問い合わせください。

※vol.5は2020年3月時点での情報のため、映画「鳩の撃退法」については記載されていません。



問合せ先 観光協会 ☎ 20-1547、  
観光交流課 ☎ 20-1301