

ときめく、ひろがる、みんなのワクワク!

# 県広報とやま

2024

1

January

NO.509

令和6年1月14日発行



とみら



特集1:安心して子育てできる富山県へ

特集2:「黒部宇奈月キャニオンルート」が始動!

★ほほえみナビ★

今回のテーマ

「より良い子育て環境」



「企業主導型 両親学級」のみなさん

(後列左) 協力企業:トヨタモビリティ富山高岡店 店長 古澤克行さん

(右) 講師:産婦人科医 津田竜広さん

(前列左) 運営:ボディセンス・インスティテュート 高橋由紀さん (右) 同 曳田彩加さん

産後うつ  
の予防を  
はじめ  
子育て  
世代を  
支えて  
いきたい。



「tatai fam」のみなさん

(左から) 代表 中澤智恵さん

サポートスタッフ  
ファミリー 河口梨絵さん、由依ちゃん、領さん、芽依ちゃん

多胎児を  
抱える  
親たち  
の  
悩みを  
分かち  
合える  
場に。



企業主導型両親学級の様子



tatai famの集いの様子

一般社団法人ボディセンス・インスティテュートでは、妊娠・出産・育児を楽しく学ぶ「企業主導型両親学級」を開催。「子育て不安を解消し、産後うつ予防・児童虐待防止を目的としています。産後うつは防ぐことができます」と代表理事の高橋由紀さん。医師や看護師、助産師、栄養士など専門家が講師を務め、企業の協賛により運営されています。「子育て環境の向上のためには、行政の施策だけでなく、企業を含めた社会全体で支えていくという意識が大切だ」と高橋さんは感じています。

双子や三つ子といった多胎児を持つ親たちの育児ネットワーク「tatai fam」。代表の中澤智恵さんは双子を出産し、看護師の自分でさえ多胎児の子育てに関する情報がほとんどないことを痛感し、会を立ち上げました。負担の多い親たちの心を癒す場、情報共有の場として、現在約100組が登録しています。サポートスタッフの河口梨絵さんは「同じ悩みを持つ親同士がお互いを支え合うことができ、ありがたいです」。中澤さんは「サークルの質を高め、皆さんの多胎育児につなげていきたい」と考えています。子育て世代をみんなで支えていきたいですね。

より良い子育て環境へ

県の取組みは次頁へ

## 安心して子育てできる富山県へ

県では、すべてのこどもがウェルビーイングを高めながら成長できる「こどもまんなか共生社会」を目指しています。子育て環境日本一を目指し、社会全体で子育てを温かく見守り、支えていきましょう。



富山県では、出生数が年々減少し、少子高齢化が深刻な課題となっています。妊産婦・子育て世帯が安心して子育てができるよう「切れ目ない」子育て支援を行っています。

### 妊娠前



## とやまプレ妊活健診

無料!

将来子どもを望む夫婦を対象に、妊娠・出産に影響する疾患についての健診費用を助成する事業を始めました。妊活を始める前に、今の身体の状態を知ることで、早めに生活改善や治療につながります。

**対象** 小矢部市、射水市、舟橋村、入善町、朝日町に住所を有する婚姻後3年以内の夫婦、または事実婚関係にある夫婦

**検査項目** 30,000円相当の内容

- 男性／糖・脂質代謝、精子検査キット(希望者のみ、自宅検査)
- 女性／甲状腺機能、子宮頸がんリスク(HPV)等

今年度は5市町村ですが、拡大に向け、他の市町村との連携を進めていきます。



詳細はこちら⇒



### 出産期



## 産後ヘルパー派遣

産後の身体や環境の急激な変化による負担を軽減するため、家事・育児支援を行うヘルパーを派遣しています。無理せず、気軽にご利用ください。

**対象** 県内在住の出生後6か月以内の子の親

**支援内容** 家事：調理・衣類の洗濯・掃除・買物など  
育児の補助：授乳・おむつ交換・沐浴の手伝いなど

**利用料金** 1回(2時間以内)につき1,500円

「ヘルパー利用券」の申込みはお住いの市町村へ



詳細はこちら⇒



## ★ 出産・子育て支援ポイント制度(仮称)

これまで出生時に、一時保育や家事・育児サービス等に使用できる「とやまっ子 子育て応援券」をお配りしてきましたが、令和6年度より、配布時期や内容等を大きく見直します。

### 現行

出生届出時に

第1子……………1万円分  
 第2子……………2万円分  
 第3子～……………3万円分  
 応援券の紙綴りでお渡し

### 令和6年度から

1歳半時に

**一律3万円分** 電子ポイントで交付!

(令和5年度生まれのお子さんから対象)

これまでの一時保育、病児・病後児保育、家事・育児サービス等に加え、育児関連用品の購入についても追加予定!

詳細は  
こちら⇒



### Pick UP

## まだある! 富山の子育て支援

子育て支援サービスなどを動画で分かりやすく紹介しています。ぜひご覧ください!

「とみいくフレフレ」にて  
動画公開中!



モッシー



### 教えて! とみら



## 子育てしやすい雰囲気づくりについて

**アンコンシャス・バイアス**という言葉を知っていますか? アンコンシャス・バイアスとは**無意識による思い込み**のことで、育ってきた環境や経験の中で生まれた誰もが持っているものです。

無意識な思い込みは誰にでもあるものですが、**思い込みによる発言**は、子育てのしづらさに繋がることもあります。「普通はこうするべき」などが頭に浮かんだら、直ぐに相手に伝えず、「思い込みじゃないかな?」と少し立ちどまってみてください。

### 思い込みによる発言例

男性が育休をとって何するの?  
女性の方が得意だし、  
男性は外で働く方がいいよ!



### 受け手のモヤモヤ

育休をとって夫婦で  
一緒に頑張りたいけど  
難しそうだな…

子育ては女性の幸せ!  
外部サービスに頼るのは、  
母親らしくないんじゃない?



仕事も子育ても  
頑張りたいけれど、  
色々頼りにくいな…

子育ては人それぞれ!  
社会全体で温かい雰囲気をつくらせていきましょう!



◎子育て施策に関するお問合せは 県子育て支援課 TEL.076-444-3208

◎アンコンシャス・バイアス 解消アクション!事業に関するお問合せは 県女性活躍推進課 TEL.076-444-3257

特設サイトはこちら→



## 「黒部宇奈月キャニオンルート」が始動！

2024年6月から、黒部峡谷・樺平と黒部ダムを結ぶ「黒部宇奈月キャニオンルート」が一般開放・旅行商品化されます。世紀の大事業とよばれた「くろよん(※)」完成からおよそ60年、国内外から注目を集める新たな観光ルートの誕生です。

※黒部ダム／黒部川第四発電所

## 黒部宇奈月キャニオンルートとは

黒部川第三・第四発電所建設に伴い整備された工事用ルート。2018年、関西電力(株)と富山県が締結した協定により、安全対策工事が行われてきました。黒部峡谷鉄道と立山黒部アルペンルートがつながり、周遊観光が可能となります。



日本一のV字峡・黒部峡谷から上流の黒部ダムまでの約18kmにわたる新ルート！

掘削時、岩盤が160℃に達した高熱隧道



## 見どころをご紹介します

## ポイント①

## 電源開発の歴史と今を体感！

人跡未踏の黒部峡谷での電源開発の軌跡と現在も発電が行われている電源施設群を辿ります。



蓄電池機関車  
(2024年から新型に更新)



インクライン

## ポイント②

## 非日常の乗り物体験と大自然の景色

5種類の乗り物を楽しみます。また、これまで上級の登山者しか味わえなかった大自然の景観を望むことができます。



仙人谷ダム



タル沢横坑展望台

## 旅行商品販売開始は1月29日！

キャニオンルートの専門知識を持った専門ガイドが案内する宿泊付きの旅行商品として、1月29日から販売開始されます。

キャニオンルートの詳細はこちら⇒



Pick UP

「とやま観光ナビ」HPで、  
キャニオンルートの魅力・歴史を紹介中！

詳細は  
こちら⇒



◎この件のお問合せは 県観光振興室 TEL.076-444-4498

◎旅行商品のお問合せは (株)JTB富山支店 TEL.076-431-7581

# 県公式YouTube、最新情報発信中!

## TOPICS

県の取組みや魅力を発信していく職員として、アバター職員を2名採用しました。主に県公式YouTubeに登場していきますので、今後の2人の活躍にご注目ください!

### 立山のぞ夢

大好きな富山県のために、情報発信頑張ります!

二ホンカモシカの  
県獣制定日

誕生日:10月4日  
性格:クールでしっかり者



### 越野ちゆり

チューリップの花言葉「思いやり」をもって、分かりやすくお伝えします!

チューリップの  
県花制定日

誕生日:3月22日  
性格:明るく好奇心旺盛

県広報とやまを  
お読みいただいた方  
**限定の**  
特別動画公開中!



### アバター職員だけじゃない!

親しみやすい情報発信を目指し、今年度からアバター以外の職員が登場する自作動画も発信しています。ぜひご覧ください♪

オススメ動画はこちら



早期再開が待たれる「富山-台北定期便」。台湾の魅力的なスポットやグルメをご紹介します♪



◎この件のお問合せは 県広報課 TEL.076-444-3134

## ハチロウの きときと通信



富山県では、1日に家事・育児に費やす時間は、妻の6時間15分に対し、夫は1時間44分となっており、約4時間30分の差があります。

我が家では、私の役割はゴミ出しや雪かき、庭の手入れ、そして孫守りが中心でした。また結婚以来、スーツの手入れ、季節毎の衣服の入替えやクリーニングも私の役割です。

昨年度、家事・育児に関する動画の撮影で洗濯と料理にチャレンジしました。料理はほとんど経験がありませんでしたが、あまり手間や時間をかけないように工夫できることも分かり、自信になりました。あらためて妻に感謝しましたし、これまで任せていた他の家事もやってみようという気持ちになりました。

若い方と話していると、家での料理や保育園への送迎など、我々の世代と比較すると家事や育児に対する環境も変わってきていると感じます。夫の家事・育児時間を引き下げているのは、我々オジサン世代かもしれません。オジサン諸君がんばりましょう。私も頑張ります!

富山県知事 **新田八朗**



○の中に言葉を入れてください。

富山県は「こども〇〇〇〇共生社会」の実現を目指します!

ヒント:ひらがな4文字です。

正解者の中から  
20名の方に  
**プレゼント!**

幸のこわけ  
**「ぶりほぐし」**



はがき応募:①~⑧の項目を全て記載のうえ、下記宛先まで。応募は1人1回までとし、当選の発表は、発送をもってかえさせていただきます。①クイズの答え、②郵便番号、③住所、④氏名、⑤電話番号、⑥年齢、⑦特に興味を持ったコーナー名⑧本紙の感想 ※ご記入いただいた個人情報は、厳正な管理のもとで取り扱い、アンケート集計とプレゼント発送にのみ利用します。

宛先/〒930-8501(住所記入不要)県庁広報課「県広報とやま1月号クイズ係」 締切/1月31日(水)必着

◎前回(10月号)の答え…「住民主体」 応募総数1,458通 正解者数1,142通

たくさんのご応募ありがとうございました。



WEBでのご応募はこちら▲

# とやまにぎやかファミリー

第4子以上のお子さんが生まれたご家庭をご紹介します。



## 池田さんご一家(富山市)

下の子を可愛がってくれる兄と姉。  
賑やかで微笑ましい毎日です。

## 平野さんご一家(富山市)

笑いあり、涙あり、毎日が賑やかで  
楽しく過ごしています!



## とやま 味わいレシピ



<協力> 上市町食生活改善推進協議会

## ほっこりシチュー 里いもと鶏手羽元の

冷えた体をやさしくあたたためる里いもシチュー。上市産の里いもはとろろとした味わいが特徴で、煮物に最適。コラーゲン豊富な鶏手羽元と煮込んだ、ヘルシーでほっこりする一品です。

- ①鶏手羽元に塩コショウをしておく。
- ②里芋は皮を剥き、一口大に切る。玉ねぎは皮を剥き、スライスする。マッシュルームは半分に切る。
- ③フライパンにオリーブオイルをひき、①の鶏手羽元と②の里芋、玉ねぎ、マッシュルームを入れ、中火で炒める。
- ④焼き色がついたらバターと薄力粉を加え、混ぜ合わせ、弱火にして水、牛乳、ローリエ、タイムを加え、里芋がやわらかくなるまで煮込む。
- ⑤鶏がらスープの素、生クリーム、ブロッコリーを加えて5分煮込み、完成。

### 【材料・分量(2人分)】 1人分/498kcal

鶏手羽元…4本、里いも…300g、玉ねぎ…100g、マッシュルーム…50g、  
ブロッコリー…100g、塩コショウ…適量、薄力粉…大さじ1、水・牛乳…各200ml、  
鶏がらスープの素…小さじ1/2、ローリエ・タイム…適量、バター…5g、  
オリーブオイル…小さじ1、生クリーム…50g



富山県では、健康寿命日本一を目指しています。健康寿命をのばすため、正しい生活習慣、食習慣を心がけましょう。



富山のおいしいを発見。富山県の食文化を伝える公式サイト。「越中とやま 食の王国」



# 県内おでかけ情報

## 水墨美術館

高校生以下無料  
各種障がい者手帳をお持ちの方無料

富山市五福777 TEL.076-431-3719

### 超絶技巧、未来へ！ 明治工芸とそのDNA

明治工芸と現代作家をつなぎ、大きく注目を浴びた企画展が、パワーアップして帰ってきました！伝統を受け継ぎつつも、革新的な発想で生み出された作品の数々を、間近でご覧いただけます。明治・現代の作家たちの共演を、どうぞお楽しみください。

期間 開催中～2月4日(日)

時間 9:30～18:00  
(入室は17:30まで)

休館日 月曜日

料金 一般900円(700円)、大学生450円(350円)

料金欄の( )内は20名以上の団体料金



## 高志の国文学館

高校生以下無料  
各種障がい者手帳をお持ちの方無料

富山市舟橋南町2番22号 TEL.076-431-5492

### 没後50年コスモポリタン 翁久允OKINA Kyuin脱日本人!展

翁久允は、立山町出身の小説家・ジャーナリストです。明治から大正期にアメリカに暮らし、インドを歩き、富山から発信し続けた翁の仕事を紹介します。あわせて、室井滋と長谷川義史の新作絵本『キューちゃんの日記』(北日本新聞社)の原画も展示します。ぜひお楽しみください。

期間 開催中～3月4日(月)

時間 9:30～18:00  
(観覧受付は17:30まで)

休館日 火曜日、2月26日(月)

料金 一般400円(320円)、大学生200円(160円)

料金欄の( )内は20名以上の団体料金



## 海王丸パーク

射水市海王町8番地 TEL.0766-82-5181

### バレンタインウィーク2024 in海王丸パーク開催!

2月8日(木)～14日(水)の期間中、2月14日の帆船海王丸の誕生日とバレンタインデーを記念して、開催します。

#### ♡みどころ♡

- ・海王丸の乗船が半額または無料!  
ペア半額=8日～13日 9:30～16:00  
無料=14日 9:30～16:00
- ・バレンタイン用ライトアップ  
8日～14日 日没～22時
- ・海王丸特別公開見学会(非公開区域)  
14日 10:00～14:00
- ・海王丸の満船飾(14日)

その他にも様々なイベントを行います!ぜひお越しください♪



開催状況など  
最新の情報は、  
ホームページを  
ご確認ください。



県政やイベントの  
情報などを  
発信しています。



(旧Twitter)  
富山県



富山県公式  
[toyama\_next]



富山県



富山県公式  
チャンネル



note

富山県  
公式note



## 県広報とやまに関するご連絡、ご質問はこちら

〒930-8501(住所記入不要)県庁広報課あて  
TEL.076-444-3134 FAX.076-444-3478



E-mailは左記のお問い合わせ  
フォームよりお送りください



「県広報とやま」は、4・6・8・10・1月(年5回)発行で新聞折り込みにより各家庭にお届けするほか、県の各施設や市役所・町村役場、図書館のほかコンビニエンスストア(一部)でも配布しています。また、本号とバックナンバーは県のホームページで閲覧できます。

◎「県広報とやま」には点字版と音声版もございます。上記までお問い合わせのうえ、ぜひご利用ください。

県広報とやま