

■略字の見方

日＝日時・期間 場＝場所・会場 内＝内容
 対＝対象 定＝定員 ｳ＝参加費等
 講＝講師 持＝持ち物 他＝その他
 申＝申し込み 問＝問い合わせ

先着…先着順 抽選…応募多数の場合抽選

※対誰でも、定なし、ｳ無料、申不要の場合は記載なし



◀ このマークが付いている記事は、参加するとアガのポイントが○ポイント付与されます。参加の際はカードを持参してください。

(例) ◀ 記事の最後に記載されている ID を市ホームページのページ ID 検索欄に入力すると、簡単に該当ページを見つけることができます。
 ID=1234

広報あがの 2024 (令和6年) 3.15号

お知らせ版

No. 276

主要連絡先

阿賀野市役所 ☎ 62-2510	安田支所 ☎ 68-3000
水原総合体育館 ☎ 62-0656	安田公民館・体育館 ☎ 68-3006
水原公民館 ☎ 62-2028	
あがの市民病院 ☎ 62-2780	笹神支所 ☎ 62-4141
上下水道局 ☎ 62-2159	学校教育課 ☎ 62-2790
消防本部 ☎ 62-0119	生涯学習課 ☎ 62-5322
	農業委員会 ☎ 62-2420
京ヶ瀬支所 ☎ 67-2111	笹神体育館 ☎ 61-2111
市立図書館 ☎ 67-2500	ふれあい会館 ☎ 63-8019

阿賀野市桜まつり

開催期間：3月29日（金）～4月14日（日） 主催＝市観光協会

新江さくらまつり



日時 4月7日（日） 午前9時30分～午後4時

場所 新江用水路桜並木
 安田浄化センター隣・特設会場

◎市特産品の販売
 ◎うんめもん市
 ◎ステージイベント（ダンスなど）
 ◎花よりだんご・まき（午後3時ごろ）

交通規制＝安田浄化センター前の新江用水路上下流部両岸約800m。誘導員の指示に従ってください。（午前7時～午後6時）

問 (有)お菓子の龍宝堂（アースシンフォニー・ヤスダ実行委員会） ☎ 68-2234

瓢湖桜まつり

日時 4月7日（日） 午前9時30分～午後3時

場所 瓢湖湖畔

◎水原銘菓・市特産品などの販売



★キッチンカー出店！

日 3月29日（金）～4月14日（日）
 午前11時～午後8時

場 安田浄化センター付近（4月7日は瓢湖駐車場）

※天候によって出店しない場合あり

※出店は市観光協会の許可が必要

★桜まつりスタンプラリーの開催

日 4月7日（日） 午前10時～午後3時

場 新江イベント会場、瓢湖イベント会場、うららの森、道の駅あがの

他 各会場で先着順に粗品をプレゼント！

※なくなり次第終了

★夜間ライトアップ

日 3月29日（金）～4月14日（日）
 午後6時30分～9時

※開花状況により、期間を変更する場合あり

場 新江大橋下流部、瓢湖湖畔（ぼんぼり設置）、天朝山公園、うららの森

市内の桜の名所

新江桜並木、瓢湖湖畔、瓢湖白鳥公園（八重桜）、天朝山公園、うららの森、梅護寺の珠数掛桜、国道290号大日原付近、賽の河原公園、五頭山麓いこいの森、下里桜つつみ公園、久保山水きん公園、赤松山森林公園

問 商工観光課 観光係 ☎ 62-2510（内線2343、2345）



春の臨時窓口を開設します (市役所のみ、支所では開設しません)

例年、3・4月の年度替わりの時期は、転入・転出などによる住民異動届や
証明書などの交付申請が集中するため、市役所窓口が大変混み合います。
窓口の混雑緩和のため、次のとおり臨時窓口を開設します。

◎日時 3月30日(土)、31日(日) 午前8時30分～正午

4月3日(水) 午後5時15分～7時

◎取扱業務

市民生活課

- ◎ 市民係 ☎ 62-2510 (内線 2101～2105)
- ・住民異動届(転入、転出、転居)の受け付け
 - ・住民票、除票の交付
 - ・戸籍謄本、抄本、除籍、改製原戸籍、附票、身分証明書の交付
 - ・印鑑登録・廃止、印鑑登録証明書の交付
 - ・パスポートの交付
 - ・マイナンバーカードの申請、交付、更新、健康保険証の利用登録、公金受け取り口座の登録など

<特記事項>

- ・**手続きの際は、本人確認書類を持参してください。**
住民異動届を提出する場合は、本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど)を提示してください。学生などでこれらの証明書がない場合は、健康保険証と併せて学生証(写真付きのもの)を持参してください。
- ・**他市町村の戸籍は交付できません。**
- ・**転入・転居の場合は、3ページの表を確認し、必要なものを持参してください。**
 - ・**マイナンバーカード申請に必要なもの**

本人確認書類(運転免許証、保険証など2点)、通知カードまたは個人番号通知書、マイナンバーカード交付申請書(持っている人)、顔写真(縦4.5cm×横3.5cm、最近6カ月以内に撮影、正面・無背景のもの。市役所で申請する場合は、無料で写真を撮影します)

税務課

- ◎ 収税係 ☎ 62-2510 (内線 2681)
- ・市税の収納・納税相談
 - ・課税(所得)証明書・納税証明書の交付

健康推進課

- ◎ 国保年金係 ☎ 62-2510 (内線 2181)
- ・国民健康保険の加入・脱退の手続き
 - ・国民健康保険の被保険者証の再交付
- ◎ 後期高齢係 ☎ 62-2510 (内線 2180)
- ・住民異動に伴う後期高齢者医療の手続き
 - ・後期高齢者医療の保険証の再交付
 - ・後期高齢者医療保険料の納付・納付相談
- ◎ 子育て係 ☎ 62-2510 (内線 2611)
- ・転入に伴う妊婦・乳幼児への予防接種に関する手続き、受診券の交付

社会福祉課

- ◎ 障がい福祉係 ☎ 62-2510 (内線 2155)
- ・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の手続き
 - ・知的障害児・者手当、特別障害者手当など、特別児童扶養手当の手続き
 - ・重度心身障害者医療費助成、自立支援医療(更生医療、育成医療、精神通院医療)などの給付の手続き
 - ・福祉タクシー利用助成、人工透析通院費助成の手続き
- ◎ 児童福祉係 ☎ 62-2510 (内線 2151・2152)
- ・児童手当、児童扶養手当の手続き
 - ・子ども医療費助成、ひとり親家庭等医療費助成の手続き
 - ・こども園・保育園の入退園の相談
 - ・保育料の納付・納付相談

高齢福祉課

- ◎ 介護保険係 ☎ 62-2510 (内線 2122)
- ・住民異動に伴う介護保険の手続き
 - ・介護保険料の納付・納付相談

※これらの業務以外は、取り扱いできません。詳細は、担当係まで問い合わせてください。
※下線が引かれたものは、マイナンバーカードがあればコンビニエンスストアでも取得することができます。



住民票の住所変更届を 忘れずに行いましょう

住民票（住民基本台帳）は、

引越しの際は

住所や転入出状況、世帯構成などを記録・証明するもので、選挙や就学、国民健康保険、国民年金、介護保険などの行政サービスの基本となります。住所を変更した場合は、忘れずに届け出をしてください。
※本人または同一世帯の人以外の人が手続きすると

きは、委任状が必要です。
問 市民生活課 市民係 ☎ 62
2510（内線2101）
2103 ID 2568

マイナンバーカード 旧姓が併記できます

住民票に旧姓を併記する手続きをすると、マイナンバーカードや署名用電子証明書にも旧姓が併記されます。マイナンバーカードに旧姓が併記されることで、契約・就職や職場などで旧姓の公的証明書として使えます。

併記できる旧姓は過去の氏の中から1つ選ぶことができます。

持旧姓が記載された戸籍謄本、マイナンバーカード
申・問 市民生活課 マイナ
カード普及推進班 ☎ 62
2510（内線2112）
ID 112551



令和6年度 固定資産税課税台帳と土地 家屋縦覧帳簿の閲覧・縦覧

日 4月1日（月）～30日（火）
午前8時30分～午後5時15分（土・日曜、祝日を除く）
場 市役所別館2階 税務課
および各支所

◎固定資産税課税台帳

固定資産の所有者や固定資産税の納税義務者、借地借家人などは、対象となる固定資産が記載された固定資産税課税台帳を閲覧できます。

必要書類 委任状（所有者以外）、賃借契約書類（借地借家人）、本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証、保険証など）

◎土地・家屋縦覧帳簿

土地・家屋の固定資産税納税者は、それぞれの所在・種類・面積・価格を記載した縦覧帳簿を縦覧できます。※宅地は、路線価や地域ごとの標準的な価格を記載した書面が閲覧できます。

問 税務課 資産税係 ☎ 62
2510（内線2661）
ID 7720

	届出のとき	いつまでに	必要なもの
転入届	市内に住所を移したとき	転入した日から14日以内	・転出証明書 ・届出人の本人確認書類 ・家の権利書または確認申請書（借家の場合は契約書） ・マイナンバーカード（暗証番号の入力が必要）
転出届	市外に住所を移すとき	転出予定日の前後14日以内	・届出人の本人確認書類 ・印鑑登録証（登録している人のみ）
	マイナンバーカード（有効な署名用電子証明書が搭載されているもの）を持っている人は、マイナポータルからオンラインでも転出届の届出が可能です。 ※届出後に転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。		
転居届	市内で住所が変わったとき	転居した日から14日以内	・届出人の本人確認書類 ・家の権利書または確認申請書（借家の場合は契約書） ・マイナンバーカード（暗証番号の入力が必要）

※上記のほかに、国民健康保険証、後期高齢者医療保険証、介護保険証、住民基本台帳カードを持っている人は持参してください。



Procedure・System
手続き・制度

立候補届出書類の 事前審査について

4月21日(日) 執行予定の
阿賀野市長選挙および阿賀野
市議会議員補欠選挙の立候補
届出書類の事前審査を次の日
程で行います。なお、両選挙
同時の審査となります。

■4月2日(火)、3日(水)
午前9時～午後4時 **場**市
役所4階「403会議室」

※事前審査は、予約制とな
ります。

※当日来られない人は、選
挙管理委員会へ連絡して
ください。

問市選挙管理委員会 **☎**62
・2510(内線2401)



育苗使用に係る下水道 使用水量の認定申請

4月、5月に農業用(春
季育苗用)として水道を一
時的に多く使用する場合は、
下水道使用水量を別に認定
します。毎年、事前申請が
必要ですので、認定を受け
ようとする人は申請書を提
出してください。

対下水道に接続している農
家で、下水道を育苗用で使
用する人(下水道使用料が免
除期間中の人は除きます)

認定方法Ⅱ今年の4月、5
月の水道使用水量を昨年6
月の水道使用水量と比較し
て、超過した分の水量を差
し引いて下水道使用水量を
認定します。

申請方法Ⅱ所定の申請書に
必要事項を記入の上、上下
水道局または各支所へ提出
してください。申請書は提
出先にあるほか、市ホーム
ページからもダウンロード
できます。

問上下水道局 下水道管理係
☎62・2833 **申込期限**Ⅱ
4月30日(火) **ID**119837

令和6年度 銃砲刀剣類登録審査会

令和6年度の銃砲刀剣類の
登録審査会が開催されます。

銃砲刀剣類は原則として
所持できませんが、美術品や
骨董品として価値のあるもの
は、登録審査会で審査により
「銃砲刀剣類登録証」の交付
を受ければ所持できます。

最新情報は新潟県観光文
化スポーツ部文
化課ホームページ
を確認、もし
くは問い合わせください。

問新潟県観光文化スポー
ツ部文化課 **☎**025・
280・5619



Wanted
募 集

令和6年度 新潟県警察官採用試験

◎募集職種・採用人数

- 警察官A採用(大学卒業者)
・男性警察官A:44人程度
・女性警察官A:10人程度
- 警察官B採用(大学卒業
者以外)
・男性警察官B:22人程度

一次試験Ⅱ5月12日(日)

他受験資格や日程
などの詳細は、下
記の二次コード 

から確認するか、直接問い
合わせてください。 **申**原
則、インターネットによる
申し込み

問新潟県警察本部 警務課
採用係 **☎**025・280
・0334、阿賀野警察署
☎63・0110 **申込期限**
Ⅱ4月12日(金) 午後5時
15分まで



Health・Welfare
健康・福祉

フィットネス機器 利用講習会を開催!

安田交流センターと市立
図書館に、無料で利用でき
るフィットネス機器を設
置しています。機器の正し
い使い方を講師が教える
「フィットネス機器利用講習
会」を開催します。

■4月9日(火) 午前9時
30分～11時 ※途中退室可

場安田交流センター 3階
「集会室2」 **講**土岐一希
氏(市総合型クラブ) **持**

内履き、飲み物、動きやす
い服装 **申**電話
または下記二次

元コード(電子 
申請システム)から申し込
んでください。

問健康推
進課 健康づくり係 **☎**62・
2510(内線2623)
申込期限Ⅱ4月4日(木)

ID111287

日 4月8日（月）午前10時
～11時30分（午前9時45分
受付開始）※小雨決行
場 渡場親水公園 内新江用
水路桜並木（約4km）を歩
きます。 対市民 定 30
人 凭 持 飲み
物、タオル、雨
具など ※動き
やすい服装、靴で荷物は
リュックサックなどに入れ
て参加してください。 他
車で来る人は当日駐車場へ
誘導します。駐車場は台数
に限りがあるので、できる
だけ乗り合わせて来てくだ
さい。 申 電
話または下記
二次元コード 
（電子申請システム）から申
し込んでください。 問 運
動普及員会事務局（健康推
進課 健康づくり係） ☎ 62
・2510（内線2623）
申込期限 4月4日（木）
ID 119894

休日診療体制の変更について

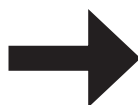
市休日診療は、市内開業医の先生方の協力を得て開設していますが、開業医の減少や高齢化の中、今後も持続的に実施していくために診療体制の見直しを行い、4月以降は日曜日のみの開設となります。祝日や年始などは、新発田地区救急診療所などで受診してください。

また、あがの市民病院では、かかりつけの患者を中心に、対応可能な範囲での診療を行っています。休日診療所などを利用する場合は、事前に電話で問い合わせのうえ、受診してください。急を要さない場合には、診療時間内の受診に協力をお願いします。

<阿賀野市休日診療実施日時>

■ 3月末まで

日曜・祝日・年始
午前9時～正午



■ 4月1日以降

日曜
午前9時～正午

<新発田地区救急診療所>

新発田市本町 1-16-14 (☎ 0254 - 23 - 8350)

	日にち	時間
内科 小児科	月曜～金曜	午後7時30分～9時30分
	土曜	午後6時30分～9時
	日曜・祝日	午前9時～11時30分
	お盆（8/14、15） 年末年始（12/31～1/3）	午後1時30分～4時30分 午後6時30分～9時
外科	日曜	午前9時～11時30分 午後1時30分～4時30分
歯科	日曜・祝日 お盆（8/14、15） 年末年始（12/31～1/3）	午前9時～11時30分 午後1時30分～4時30分

問 健康推進課 病院管理係 ☎ 61 - 2503 ID = 12667



新型コロナウイルス 無料ワクチン接種は 3月末で終了

市内医療機関でのコロナワクチン接種は、3月26日（火）が最終日となります。3〜7回目の接種券が届いている人で、令和5年9月20日以降に接種を受けていない人は早めの予約をお願いいたします。予約受付は、3月24日（日）で終了します。詳細は市ホームページを確認してください。

健康推進課 予防係 ☎62・1781 ID111835

無料体験教室 春です！ ヨガで体も心も元気に！

天気が良ければ、お花見ヨガも予定しています。みんなで楽しく身体を動かしましょう！

4月3日（水）、10日（水）、17日（水）、24日（水） 午

前10時〜11時30分 場安田
公民館 講吉野静子氏（全
米ヨガアライアンス認定
ERYT500） 主催II
yogini（社会教育団体）
定10人 開催 持ヨガマット
（貸出あり）、飲み物、タオル、
帽子、動きやすい靴 申・問
安田公民館 ☎68・3006



▲お花見ヨガの様子

トレーニングルーム 利用説明会

夜間説明会
水原総合体育館
4月3日（水）、21日（日）、



5月1日（水）、19日（日）
午後7時30分 定各日10
人程度 開催
〇笹神体育館
4月8日（月）、5月13日
（月）午後7時30分 定各
日10人程度 開催
〇昼間説明会
水原総合体育館・笹神体育館
日 月 金曜（祝日・年末年
始を除く）、午後1時30分
4時 ※要事前問い合わせ
〇共通事項
所要時間 約1時間 ※ジ
ム経験者は、簡単な体育館
の利用説明（約10分）のみ。
予約時に申し出てくださ
い。他トレーニンググルー
ムの利用料金は、市内在住
・在勤者は200円/回、そ
れ以外の人は300円/回
（65歳以上の市内在住者は無
料）※お得な回数券、定期
券あり 申・問 水原総合体
育館 ☎62・0656、笹
神体育館 ☎61・2111
※前日までに要申し込み。
ID12205（水原総合体育
館）、2203（笹神体育館）



4月1日（月）から 市営バスのダイヤを 改正します

新しいバス時刻表は、3月21日（木）から、次の場所
で配布するほか、市ホームページに掲載します。

〈配布場所〉

市役所、各支所、あがの市民病院、リズム・ハウス瓢湖、保健福祉センター京和荘、市立図書館、市営バスの車内（ダイヤ改正する路線のみ）

〈主な改正点〉

市役所〜小松方面への路線バスが3月末で一部廃止することに伴い、交通手段の維持と利便性の確保のため、市営バスを増便・延伸します。

〇分田線（安田行き）

阿賀野市役所午後5時30分発〜小松行きを増便します。

〇江端線（安田行き）

第3便・第4便の終点を安田支所から小松に延伸します。

※ダイヤ改正の詳細は、新しい時刻表で確認してください。

問 総務課 交通対策係 ☎62・2510（内線2284）
ID114912



4月1日（月）から 下水道の供用を開始

供用開始となる区域を示した図面の縦覧を行います。

〇供用開始となる区域
水原地区II境新田、松井町2の一部、中山口の一部。

3月15日（金）〜29日（金）
午前8時30分〜午後5時（土曜・日曜・祝日を除く）
場 上下水道局 下水道窓口
※市ホームページでも確認できます。 問 上下水道局 下水道管理係 ☎62・2833
ID117659

令和6年度版 ごみカレンダーの配布

令和6年度版ごみカレンダーを自治会経由または、郵送で各世帯に配布します。

※市役所・各支所にも設置

他 安田地区の自治会を対象に「プラスチック製容器包装ごみ」、「紙製容器包装ごみ」の出し方についての出張説明会を行っています。希望する自治会は市民生活課環境係まで連絡してください。**問** 市民生活課 環境係 **☎** 62・2510（内線2108） **ID** 112664



ごみが大量に出るときは

家庭ごみの回収は、市の収集運搬業者に直接依頼す

ることができません（有料）。片付けや引っ越しなどでごみが大量に出る場合などに依頼してください。

◎家庭ごみ収集運搬業者

【安田地区】

・（有）安田清掃社（68・2081）

・（有）小嶋商店（68・4893）

【京ヶ瀬地区】

・（有）南部クリーンサービス（67・3591）

【水原地区】

・（株）早東商店（62・2116）

・（有）水原衛生社（62・2295）

・（株）水原清掃（62・6243）

【笹神地区】

・（有）笹神環境サービス（62・1832）

・ **問** 市民生活課 環境係 **☎** 62・2510（内線2108） **ID** 112585

就職相談会

日 4月2日（火）、16日（火）

午後2時～4時 **場** 水原公民館3階 **対** 15～49歳で就業していない人 **内** 面接対応、履歴書の添削、就職に関する相談など **他** 前日までに電話で申し込みください

催し 手続き・制度 募集 子育て・教育 健康・福祉 スポーツ くらし・相談

い。**申・問** 下越地域若者サポートステーション（新発田市大栄町1-1-1）
☎ 0254・28・8735

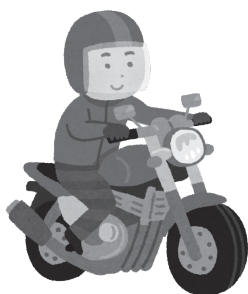
原付実技講習

日 4月21日（日）午前8時30分～正午 **場** 水原自動車学校（下条20・4） **必要書**

類Ⅱ住民票（本籍記載のもの）、写真（縦30mm×横24mm、交通安全協会でも撮影可）、県収入証紙4500円分（金融機関で購入） **他**

IC免許となるため、申し込みの際は、4桁の数字を2組設定してください。

申・問 市交通安全協会 **☎** 62・0536 **申込期限** 4月12日（金）



大日原演習場訓練予定

射撃訓練Ⅱ 3月19日（火）、26日（火）、27日（水）午前8時～午後5時、4月2日（火）、3日（水）、9日（火）～11日（木）午前8時～午後9時 **空砲等訓練Ⅱ** 4月1日（月）～5日（金）、8

日（月）～12日（金）午前8時～午後5時 **問** 新発田駐屯地 **☎** 0254・22・3151



相談は無料です。
気軽に相談してください。

◎弁護士による法律相談（ID = 2604）

日 3月21日（木）、4月3日（水）午後1時30分～4時30分（1人30分）

場 市役所1階「相談室」

※秘密は厳守されます。

※要電話予約。予約を取り消す場合も必ず連絡してください。

※相談に来る際は、要点をまとめ、関係資料があれば持参してください。

《お急ぎの人は、次の機関をご利用ください》

①法テラス新潟 **☎** 0570・078・328 平日午前9時～午後5時

②新潟県弁護士会 **☎** 025・222・5533 平日午前9時～午後5時

申・問 市民生活課 相談係 **☎** 62・2510（内線2109）

うぶごえ (出生)



氏名	保護者名	誕生日	住所
高野 日向 駿 太		2.17	外城町
飯塚 風翔 健		2.21	北本町

おくやみ (死亡)



氏名	年齢	死亡日	住所
瀬藤純三郎	75 歳	2.14	堀 越
土屋トシエ	99 歳	2.14	分 田
小田辰兵衛	80 歳	2.17	緑 町
加藤 修	72 歳	2.17	粕 島
田村弥一郎	86 歳	2.17	島 田
高橋 裕次	53 歳	2.17	山倉新田
若月 文江	87 歳	2.19	七 島
関 ヨシエ	87 歳	2.19	分 田
土岐 二夫	88 歳	2.19	堀 越
加藤 吉文	68 歳	2.21	粕 島
佐藤 和子	96 歳	2.22	保 田
植木 義衛	85 歳	2.23	里
陸 トシ	84 歳	2.25	駒 林
早川ノリ子	90 歳	2.26	千 原
前田イサ子	102 歳	2.27	沢 田
吉川 陸夫	79 歳	2.27	中島町
相馬 弘	89 歳	2.28	福 井
今津タツミ	98 歳	2.29	村 杉

(2月16日～29日届出分、敬称略)

今月の納期限は 4月1日(月) です

- 国民健康保険税(9期) ○後期高齢者医療保険料(12期)
○介護保険料(12期)

◆納付は、確実に便利な口座振替をおすすめします。

防災行政無線の放送内容が確認できます

- 1 安全安心メール(登録制)
- 2 電話自動応答 ☎ 62-8150
- 3 ホームページ(トップページ)

放送後2日間表示されます。

問 危機管理課 危機管理係 ☎ 25-7194

安全安心メール
登録はこちらから



救急医療電話相談

経験豊富な看護師などが受診の必要性や対処方法などを助言します。
年中無休、午後7時～翌朝午前8時 ※携帯電話からの利用可

◎大人の救急医療電話相談(おおむね15歳以上の人)

7119 または ☎ 025-284-7119

◎こどもの救急医療電話相談(15歳未満の人)

8000 または ☎ 025-288-2525



休日診療

診療時間：午前9時～正午
市ホームページにも掲載しています。

※診察を希望する人は、事前に問い合わせください。
状況により、診察できない場合があります。

診 療 日	診 療 医 院	電 話 番 号
3月17日(日)	田中皮膚科医院(市野山)	63-2222
3月20日(水)	本田脳神経外科クリニック(下条町)	63-1111
3月24日(日)	恩田整形外科医院(金田町)	62-0515
3月31日(日)	永田医院(山崎)	62-2412
4月 7日(日)	うえき内科クリニック(岡山町)	61-2200
4月14日(日)	ながい眼科クリニック(市野山)	47-4475

DV・児童虐待・ひきこもり ～連絡・相談ください～

◎子育て世代包括支援センター

(水原保健センター1階 ☎ 25-7197)

月～金曜(祝日・年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分

◎DV・児童虐待は、次の電話窓口で24時間相談に応じます。

・県DV相談ナビ ☎ #8008 (有料)

・児童相談所虐待対応ダイヤル ☎ 189 (無料)