

市報

Vol.50

# みなみ魚沼



## おもな内容

- 新年のあいさつ ..... 2・3
- ぼくの夢 わたしの夢 ..... 4・5
- 各課からのお知らせ  
   “子育て3手当”を存じですか? ..... 6  
   医療費助成事業/不妊治療費助成事業 ..... 7
- 掲示板&伝言板 ..... 8・9
- 愛・天地人博 ..... 10・11
- NEWSプラザ ..... 12
- まなびのひろば ..... 13~16
- 健康ひろば ..... 17~19

# 「1月4日、出陣」

2009 (平成21年)

# 1/1

January



複製品(南魚所蔵)/原資料(上杉神社所蔵)/愛・天地人博で展示します

<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp> 市報はウェブサイトで見ることができます

トップページ > そこが知りたい! > 市報みなみ魚沼

南魚沼市

検索

南魚沼市民憲章

- ・わたしたち南魚沼市民は、人間を大切にします。
- ・わたしたち南魚沼市民は、自然を大切にします。
- ・わたしたち南魚沼市民は、ものづくりを大切にします。

(平成19年4月1日 制定)

人口の動き

人口 61,976人 (先月比-29)
(平成20年11月末日現在)
男 30,320人 (先月比-2)
女 31,656人 (先月比-27)
世帯数 18,937 (先月比+16)



～さらなる飛躍を願って～

# 希望あふれる 南魚沼市のために



南魚沼市長  
井口 一郎

平成21年が輝かしい曙光の中で幕を開け、市民の皆さまにはお健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、7月に三国川ダム周辺、城内東部地域および水無川上流地域を襲った集中豪雨による災害が発生し、現在早期復旧に努めているところですが、他には大きな災害はなく、全般的には穏やかな1年であったかと思えます。

私は、多くの市民の負託を受け再び南魚沼市の舵取りを託されました。今、その責任の大きさを痛感し、身の引き締まる思いであります。

南魚沼市誕生から早4年が過ぎ、私自身市長として5回目の新年を迎えました。この間、新市の融和と一体感の醸成を進め、生涯を安心に過ごせる「地域完結型社会」の実現に取り組んでまいりました。目標とするまちづくりに向けて着実に歩を進めることができましたのも、ひとえに市民ならびに市議会の皆さまの深いご理解とご協力によるものと心から感謝申し上げます。今後も、このまちづくりを進め、住んでよかったと実感でき、希望あふれる南魚沼市の実現に向け全身全霊を懸けて取り

組む所存であります。

さて、今年一番の話題といえ、やはり我が南魚沼市が生んだ英傑・直江兼続公を主人公にしたNHK大河ドラマ「天地人」の放映です。市では、この千載一遇の機会を市の活性化と発展に繋げるべく、「愛・天地人博南魚沼」の開催、「直江兼続公伝世館」の整備など関係各位との連携を図りながら、受入れ体制を整えてきたところでもあります。市民の皆さまからもおもてなしの心で多くのお客さまをお迎えいただき、「天地人」を地域の活性化に繋げていただきたいと考えております。1月4日からの「天地人」放映開始を大いに期待ください。

さらに、本年は「トキめき新潟国体」が9月26日から開催され、本市では自転車（ロード・レース）とテニス競技が行われます。全国各地からの選手・役員の方々の心温まるふれあいと感動により、すべての方の心に残る大会を目指し準備を進めているところです。これらの成功が、南魚沼市を全国に発信し大きく飛躍するための好機と捉え、全力で取り組む所存であります。

私が市政運営において進めるも

のは、第一に安全安心のまちづくりと、少子高齢化社会に向かい保健・医療・福祉の充実ににより、市民生活をしっかりと支える施策の整備です。第二に、南魚沼市の自然・歴史・文化・産業など恵まれた資源を十分に活かした、希望と活力にあふれた南魚沼市の活性化です。そして第三に、「市民が主役の市政」です。地域を支え、地域を元気にする主役は市民です。市民の願いがしっかりと反映され、市民と行政の知恵と力が結集された行政運営を進める体制の整備です。

ここに住んでよかったと実感できる「希望あふれる南魚沼市」の実現に向け、私をはじめ全職員が一丸となり、市民の皆さまの知恵と活力をお借りし、市民との対話を大切にし、汗をかくことを惜しまず、全力で取り組む決意でございます。市民の皆さまの一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

南魚沼市の益々の発展と、本年が皆さまにとりまして最良の年となりますことを心からお祈り申し上げます。年頭のあいさついたします。



南魚沼市議会 議長  
峠 佳 一

～「天地人」の年～

## 全国に南魚沼市の 魅力を発信

新年おめでとうございます。  
年頭にあたり市議会を代表して  
謹んでご挨拶を申し上げます。

市民の皆さまには、よき新春を  
お迎えのこととお慶び申し上げま  
す。また、市政運営につきまして  
は常日頃からご理解とご協力を賜  
り、厚くお礼を申し上げます。

議会議員の任期4年のうち3年  
が過ぎ、残す任期は10か月となり  
ました。議員とは、住民の福祉向  
上ならびに社会環境の整備に奉仕  
する。また、地域社会の発展策、  
住民の健康的で文化的な生活の推  
進役となるべしと言われておりま  
す。市議会といたしましては、議  
会の果たすべき役割と責任を自覚  
し、市民の皆さまのご期待に沿う  
よう決意を新たにしているところ  
です。

さて、今年は待ちに待った「天  
地人」の年であります。南魚沼市  
がドラマを通じどのような全国に  
発信されるのか。そして全国の皆  
さまがどのような印象を南魚沼市  
に対して抱くのかなどを期待した  
と思います。今月11日には愛・  
天地人博、伝世館もオープン予定  
です。市民の皆さまからもぜひお  
越しいただき、地元の盛り上がり  
をますます大きくしていきたいと  
思います。間もなく放映も始まり  
ますが、何はともあれ成功を祈る  
ばかりです。

さらに今年はトキめき新潟国体  
の年でもあり、塩沢の大原運動公  
園ではテニス、六日町では自転車  
のロード・レースが行われます。  
大会では、全国から集まる選手達  
を温かく迎え、気持ちよく競技し  
てもらい、充実した時間を過ごし  
ていただきたいと思います。

最後に、市民の皆さまのご多幸  
をお祈りすると共に、本年も相変  
わらぬご支援とご協力をお願い申  
上げまして新年のあいさつとい  
たします。



# ぼくの夢 わたしの夢

丑年生まれの小学生の皆さんから、将来の夢をテーマに思いをつづっていただきました。



## わたしの夢

私の将来の夢は、ネイリストになることです。ネイリストとは、お客さんのためにデザインをする仕事です。私は、ネイリストに憧れてい



南雲 未来さん  
(北辰小学校)

ます。私は、小さいころからおしゃれをすることが大好きでした。私が考えたためのデザインをお客さんにネイルして、喜んでもらいたいです。

ネイリストは、とても細かな作業の多い仕事で、手先が器用でないとできません。手先を器用にするために、今からたくさん練習をしておきたいと思います。

そして、一生懸命勉強して、ネイリスト専門学校へ入りたいです。専門学校では、知識と技術を身につけ、上手になれるようがんばりたいと思います

いよいよ4月から中学生です。中学校へ行ったら、もっと勉強や部活動をがんばり、ネイリストになる夢をかなえたいです。

## わたしの夢

私の将来の夢は、人の世話をしたり、命を助けたりする仕事につくことです。私の姉兄は未熟児で生まれ、体が弱く、具合が悪くなると、とても苦しうでした。



内藤 優佳さん  
(西五十沢小学校)

3年前、大好きな祖母が亡くなりました。私が1歳半の時に倒れてしまい、ずっと寝たきりでした。私が物心ついた時には、もう祖母は家にいなかったもので、元気だった時の記憶がありません。亡くなる時も、そばにいる事ができませんでした。でも、いつも看護師さんたちが祖母を優しく看護してくれました。私がぜん息で点滴をした時も、看護師さんがとても優しくしてくれました。だから、私もこんな看護師さんになりたいと思っていました。

でも去年、私がいつも診てもらっていたお医者さんが、病気で亡くなってしまいました。その先生は、いつも笑顔で優しくしてくれました。私は、この先生が大好きでした。私が最後に診てもらった時は元気だったのに、しばらくすると、急に亡くなってしまいました。私はとてもショックでした。この時、私は人の命を救う医師になりたいと思いました。

だから、今の私の夢は、医師になることです。この世の中には、病気で苦しんでいる大勢の人がいます。私は勉強をがんばって、お世話になった先生のように、苦しんでいる人たちを笑顔にする、優しく信頼できる医師になりたいと思います。



# 今年は**丑年**

丑は十二支の2番目です。干支の由来は、その昔神様への新年のあいさつにいち早く行動し、歩みが遅いながらもゆっくり着実に進み、誰よりも早く神様の御殿に着きました。しかし、牛の肩に乗っていたネズミに一番乗りを持っていかれましたが、粘り強さがあることと努力家であることが認められ、干支の2番目になっているそうです。

牛は昔から人と深く馴染みのある家畜のひとつで、大事な食料であり、農作業や運搬などの労働力でもあり、社会とも密接にかかわる動物です。

## 丑にまつわる言葉

**【丑三ツ刻】** 時代劇などでおなじみの「丑三ツ刻」は、丑の刻（午前1時ごろから3時ごろ）を4等分した3番目なので、午前2時ごろから2時半ごろをさします。まさに静まりかえった真夜中なので、「草木も眠る丑三ツ刻」などと言われます。

**【土用の丑の日】** ウナギでおなじみの「土用の丑の日」は、夏の土用（立夏前の約18日間）に巡ってくる丑の日のことです。丑の日は12日ごとに巡ってくるので、年によっては2回「土用の丑の日」があります。ちなみに今年は、7月19日と7月31日の2回です。

## 牛に関することわざ

**【牛の歩みも千里】** 努力を怠らなければ、成果が上がることのたとえ。

**【牛耳を執る】** 団体や集団の実権を握り、思うままに支配することのたとえ。春秋戦国時代の中国で、同盟を結ぶ時は盟主がいけにえとなる牛の耳をとって裂き、諸侯がその血をすすって誓い合ったという故事に由来。

## わたしの夢

私の将来の夢は、自分の喫茶店を持つことです。その理由は2つあります。

1つ目は、お母さんとコスモスを見に行った帰りに寄った喫茶店で、ゆったりでき、心が落ち着いたので。2つ目は、喫茶店でお店の人が、和菓子などを作っていて、それを見て興味を持ったからです。

私がお店を開くとしたら、小さいお店で、テーブルといすのセットが10セットくらいあって、入り口と庭に木とお花を植えたいと思います。メニューは、ケーキと和菓子とクッキーと飲み物です。ケーキの種類は、チョコレートケーキやマロンケーキなど、いっぱい作りたいと思います。それからパフェもいいな。飲み物の種類は、紅茶やコーヒーなどです。だれでも気軽に来て、おいしいケーキを食べて、幸せな気持ちになってもらえるようなお店にしたいです。お店の名前はすぐには考えられませんが、おもしろくて、だれでも覚えられるような名前がいいです。

夢を実現するために、ケーキや和菓子のことをもっと勉強していきたくと思います。家でいろいろなお菓子を作ってみたり、お母さんや友達とたくさんのお店に行って、味をくらべてみます。本やインターネットで材料のことも調べて、きれいですごくおいしい「世界に一つしかない自分だけのケーキや和菓子」を作りたいです。



佐藤 茜里さん  
(大崎小学校)

## ぼくの将来の夢

ぼくには、将来の夢が2つあります。

1つ目は、プロ野球選手です。ぼくは小学校2年生の時から、「第一上田ジャガーズ」に入って野球をしています。野球を始めたきっかけは、兄が野球をやっていたのを見て、「おもしろそうだなあ」と思ったからです。

ジャガーズでは毎年、プロ野球観戦ツアーがあり、ぼくも見に行っていました。去年はグラウンドを歩いたり、ベースランニングをしたりすることができて、「こんなに広い球場でプレーしてみたいなあ」という思いがますます強くなりました。

2つ目の夢は、農業の仕事をして、野菜やお米を作ることです。農業に興味を持ったのは、おじいちゃんの作った野菜やお米を食べて、「おいしいなあ」と思ったからです。そして、おいしい野菜やお米を作りたいと思うようになりました。お米を作るには水の管理が大切なので、おじいちゃんに教わっておいしいお米を作りたいです。そして作ったお米を大勢の人に食べてもらいたいです。



齋藤 優さん  
(第一上田小学校)

# “子育て3手当”ご存知ですか？



■ 問合せ 子育て支援課 こども家庭支援班（大和庁舎） ☎ 777-3113

6・7ページの児童とは、18歳になって最初の3月31日を迎えるまでのお子さんのことです。（一定の障がいのある子どもは20歳未満）

## 児童手当

児童の養育者に手当を支給することにより、家庭における生活の安定と、次代の社会を担う児童の健全な育成と資質の向上を目的として支給されます。

### 受給できる人

基本的に小学校6年生以下のお子さんの養育者

### 所得制限

養育者の前年の所得が一定額以内の方に支給されます。

### 支給額

#### 3歳未満の児童

一律 10,000円/月

#### 3歳～小学6年生の児童

第1、2子 5,000円/月

第3子以降 10,000円/月

### 支給月

毎年3回、2月・6月・10月にそれぞれ前月分までまとめて支給されます。

### 申請

・児童手当の支給を受けるには、養育者から申請が必要です  
・所得制限により手当を受けていない方は、毎年5月に改めて申請が必要で

## 児童扶養手当

父と生計を同じくしていない児童や、父が重度の障がい者の児童が育成される家庭の生活の安定と、自立促進を目的として支給されます。

### 受給できる人

- ①～⑧の児童を養育している母または養育者
- ①母が離婚した後、父と生計を同じくしていない児童
- ②父が死亡していて、公的年金を受けれない児童
- ③父が障害年金1級程度の障がい者で、公的年金の加算対象になつていない児童
- ④父の生死が明らかでない児童
- ⑤父から引き続き1年以上遺棄されている児童
- ⑥父が法令により引き続き1年以上刑務所などに拘禁されている児童
- ⑦母が婚姻しないで出生した児童
- ⑧棄児などで出生の事情が明らかでない児童

### 受給できない条件

母が事実上の婚姻関係にあるとき、母（養育者）が公的年金などの受給権を有するときなどは手当を受けれません（ほかにくつか要件があります）。

## 特別児童扶養手当

精神または身体（内科的疾患を含む）に一定の障がいをする児童の福祉を増進することを目的として支給されます。

### 受給できる人

精神または身体に、重度または中度の障がいをする20歳未満の児童を養育する父母または養育者

### 受給できない条件

- ①～③のいずれかに該当するとき  
は手当を受けられません。
- ①父母（養育者）または対象児童の住所が日本国外のとき
- ②対象児童が児童福祉施設などの施設に入所しているとき
- ③対象児童が障がい支給事由とする公的年金給付を受けることができるとき（障害児福祉手当は、公的年金給付にあたりません）

### 所得制限

**児童扶養手当と特別児童扶養手当**  
は、手当の認定を受けた受給資格者本人、その配偶者または同居の扶養義務者（父母、祖父母、兄弟姉妹など）の前年の所得が一定額以上の場合は、1年間支給が停止します。

【表①】 乳児・子ども医療費助成事業の内容

(助成対象は保険適用分のみ)

年齢	通院	入院
0歳児～2歳児	全額助成	全額助成
3歳児	1回につき530円を超える額を助成	
4歳児～就学前の6歳児	1日につき1,200円を超える額を助成	1日につき1,200円を超える額を助成
小学生 (※申請が必要、所得制限あり)		

# 医療費助成事業

①～④の共通事項

各種助成の対象は、医療費の「保険適用分」です

調剤薬局等の薬の費用も対象です



## 1 妊産婦 医療費助成事業

妊産婦の医療費の助成を行い、疾病の早期発見と早期治療を促進し、母子保健の向上と福祉の増進を図ることが目的です。

### 対象期間

申請日の翌月1日～

出産日の翌月末日

### 対象者

母子手帳の交付を受けている妊産婦

申請

医療機関で発行された領収書を添付して申請してください。



## 2 乳児 医療費助成事業

乳児(0歳児)にかかる医療費の助成を行い、疾病の早期発見と早期治療を促進し、母子保健の向上と福祉の増進を図ることが目的です。

### 対象者と内容

上段【表①】参照

## 3 子ども 医療費助成事業

子どもにかかる医療費の助成を行い、安心して子どもを生み育てることができると環境づくりの一環として、保護者の経済的負担の軽減を図ることが目的です。

### 対象者と内容

上段【表①】参照

## 4 ひとり親家庭等医療費助成事業

ひとり親家庭等の父または母等とその児童にかかる医療費の助成を行い、ひとり親家庭の保健の向上と福祉の増進を図ることが目的です。

### 対象者

ひとり親家庭の父または母とその児童

児童

・父母のいない児童を養育している方(養育者)とその児童

※所得制限があります

### 内容

通院は1回につき530円、入院は1日につき1,200円を超える額を助成します。

「ひとり親家庭」には、父または母が重度の障がい状態にある場合が含まれます。

### 申請・問合せ

子育て支援課 子ども家庭支援班

☎ 777-3113

## 不妊治療費助成事業

特定不妊治療(体外受精と顕微授精)の費用を助成します。

### 対象者

①～④全てに該当する方

①新潟県知事が指定した医療機関で治療を行った方

②法律上の婚姻している夫婦

③特定不妊治療以外では、妊娠の見込みがないか、または極めて少ないと医師に診断された方

④夫婦のいずれか一方が市内に住所のある方

### 内容

・1年度2回まで

・1回の限度額は8万円

・通算5年度が上限

※県と市の助成は併せて受けることができます(県の助成を控除した額を費用額として算定します)

### 申請・問合せ

保健課 母子保健係

☎ 777-3850

指定医療機関名・必要書類等、詳細は保健課にお問い合わせください。

### 申請・問合せ

保健課 母子保健係  
☎ 777-3850



- 問**：問合せ **申**：申込み **日**：日時 **会**：会場
- 期**：期間 **時**：時間 **対**：対象 **本**：本庁舎
- 資**：資格 **定**：定員 **¥**：費用 **大**：大和庁舎
- 切**：締切 **内**：内容 **講**：講師 **塩**：塩沢庁舎

### 給与支払報告書

事業主・税理士の皆さま

1月21日(水)までに

提出をお願いします

2月16日から、市の確定申告システムを始動させるために、給与データを早急にシステム内に入力する作業が必要です。

給与支払報告書の提出が遅れると入力に間に合わず確定申告の受付に支障がでます。

この作業は時間がかかるため期限前ですが、早めの提出にご協力をお願いします。

#### 提出・問

税務課 市民税係

☎773-6668

### 国保の「人間ドック」締切り迫る

1月15日(木)

南魚沼市国民健康保険の人間ドック助成申し込みの締め切りは1月15日です。希望者は、市報みなみ魚沼12月1日号8ページの申請書に記入して申し込んでください。

申・問 市民課 国保年金係

☎773-6661

### 大月ほたるの里 指定管理者、募集中!

幻想的な光を放ち、ホテルの群生地として知られる「大月ほたるの里」を整備、管理していただける団体を指定管理者として募集します。

所在地 南魚沼市大月地内

管理施設 ほたるの里・ふれあい広場・駐車場一部・公衆トイレ（ふるさと会館と体育館は除きます）

委託期間 平成21年4月～（3年間）

応募期間 1月5日(月)～2月4日(水)

詳細は、要項をご覧ください。商工観光課で配布中です。

#### 問

商工観光課 観光交流係

☎773-6665

### 6日、消防団出初式

(正午サイレン吹鳴)

1月6日(火)午後1時、市民会館(大ホール)で消防出初式を行います。当日は正午に、市内全域でサイレン吹鳴を行います。式典によるもので、お願ひします。

問 消防本部 消防庶務課

☎782-0860

### 奨学生募集開始!

南魚沼市教育委員会は、学業が優良でありながら経済的理由により就学が困難な方に対して奨学金を貸与します。左記により平成21年度の奨学生を募集します。

対象者 南魚沼市に住所を有する方の子弟等、学校教育法に定める高校・大学・短大・専修学校等に進学・在学する学生で、日本学生支援機構や県など他制度による奨学金の貸与を受けない者。

貸与額 ①月額5万円 ②月額1万8千円

③返還期間 貸与期間の2倍(半年賦) ④申請期限 平成21年3月31日(火)

#### 提出方法

直接窓口に出すまたは郵送



- 1 提出書類①～⑦、各一通
  - 2 申請書(市の書式)
  - 3 推薦書(市の書式、出身校長が在籍校長が記載)
  - 4 成績証明書(出身校長または在籍校長が記載)
  - 5 「合格通知の写し」または「在学証明書」
  - 6 住民票(世帯全員)
  - 7 所得証明書
  - 8 所得証明書(15歳以上の世帯全員分)
  - 9 納税証明書
  - 10 連帯保証人2人(うち1人は保護者)分を各一通ずつ
- ※申請書類は、市民課(本庁舎)、市民センター(塩沢庁舎)の窓口でもご請求いただけます。

#### 申請書類請求先と提出先

- 〒949-7392 南魚沼市浦佐1188-2 南魚沼市役所 大和庁舎
- 南魚沼市教育委員会

#### 採否連絡

5月上旬、所定の審査を経て個別に通知します。

問 学校教育課

☎777-3118



### 「心豊かな子育て教室」

寒い冬こそ元気に出かけよう  
みんなで遊ぼう、楽しもう！

#### 第2回「親子サロン」

日 1月15日(木)

午前10時～11時30分

(受付、午前9時30分開始)

会 市民会館(中央公民館2階)

内 おもいっつきり遊ぼう！

パート1

対 0～3歳の乳幼児とその

保護者(おじいちゃん・お

ばあちゃんも大歓迎)

①参加費は無料ですが、保険

料として一人につき10円の

負担をお願いします。

②動きやすい服装でおこしく

ださい。

③申し込みは不要です。直接

会場へおこしくください。

☆お手伝いしてくださるボラ

ンティアさんも募集中です。

対 青少年育成センター

☎77316611

「ハイ、県くらしの  
ダイヤルです」  
☎025-285-7000

期 1月5日～2月2日  
お聞きになりたい

テーマを選んでください

テーマ

①くらしの情報

(毎月第1月曜日、正午更新)

・カードの基本形と機能

・カード取引と決済システム

②消費生活相談事例

(毎月第1月曜日、正午更新)

・パケット料金トラブル

③クーリング・オフの方法

④相談が多い事例のアドバイス

・携帯電話のサイト料金請求

トラブル

・ハガキ等による覚えのない

請求の対処法

※緊急な消費生活情報がある

場合は、内容を変更するこ

とがあります。

市の相談窓口でも、多重債

務も含め皆さまの相談をお受

けします。身近な相談窓口と

してお気軽にご利用くださ

い。

南魚沼市消費者相談窓口

サンライズ南魚沼2階

(銭淵公園脇)

☎77212541

2年に1度、  
調理師就業届

調理師の方にお知らせします

平成20年12月31日現在、飲

食店や給食施設などで働いて

いる方は「就業届」の提出を

お願いします。

1月15日(木)

問 地域保健課(保健所)

☎77218137

平成21年度

「県認証特別栽培

農産物」説明会

申請から認証までの1年の

流れや制度について説明会を

開催します。

今年から県認証に取り組み

うと考えておられる方や、興

味をお持ちの方は、お申し込

みのうえお越しくください。

日 1月8日(木)

午後2時～3時30分

会 南魚沼地域振興局1階

(第1会議室)

申・問 1月8日(午前中)

南魚沼地域振興局

農林振興部 企画振興課

☎77213918

屋外広告物講習会

屋外広告業を営む方は、県

への登録と屋外広告物講習会

修了者等、「業務主任」の設

置が必要です。

本講習会修了者は「業務主

任」になることができます。

これから屋外広告業を営もう

とする方、建設工事等に伴い

屋外広告物の設置までを請け

負う可能性のある方などは、

必ずこの講習を受講してくだ

さい。

日 1日目 2月5日(木)

午前9時50分～午後5時

2日目 2月6日(金)

午前9時30分～

午後4時30分

(両日とも受付は9時～)

会 新潟県自治会館(講堂)

(新潟市中央区新光町4-1)

※公共交通を利用してください

受講手数料 3,500円

¥ 受講手数料 3,500円

(県収入証紙)

テキスト代 6,600円

1月23日(金)

1月23日(金)

午後5時30分(定員にな

りしだい締め切ります)

定 200人

申 都市計画課(本庁舎3階)

にある受講申込書により県

の都市政策課あてにお申し

込みください。

問 新潟県 都市政策課

☎025128015426

県民ホールギャラリー  
展示作品を募集中

① 一般展示

期 平成21年1月～5月

展示期間は、応募者の希

望により調整します。

② 企画展示(1回)

県民ホールギャラリー、

ホワイエ、会議室等を含め

た広いスペースを使った、

10日間程度展示できる作品

を募集します。

¥ 展示料 無料

1月30日(金)

注意事項

営利行為、宗教・政治活

動等に関する内容は展示で

きません。

問 南魚沼地域振興局

企画振興部 総務課

☎77212372



各課からのお知らせ

掲示板&伝言板

NEWSプラザ

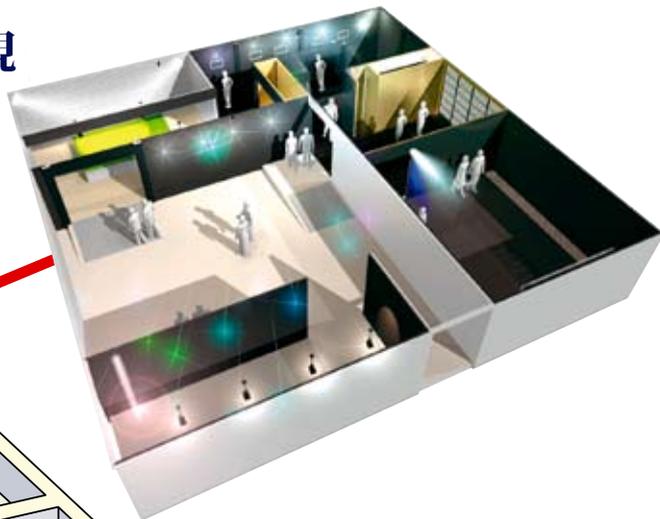
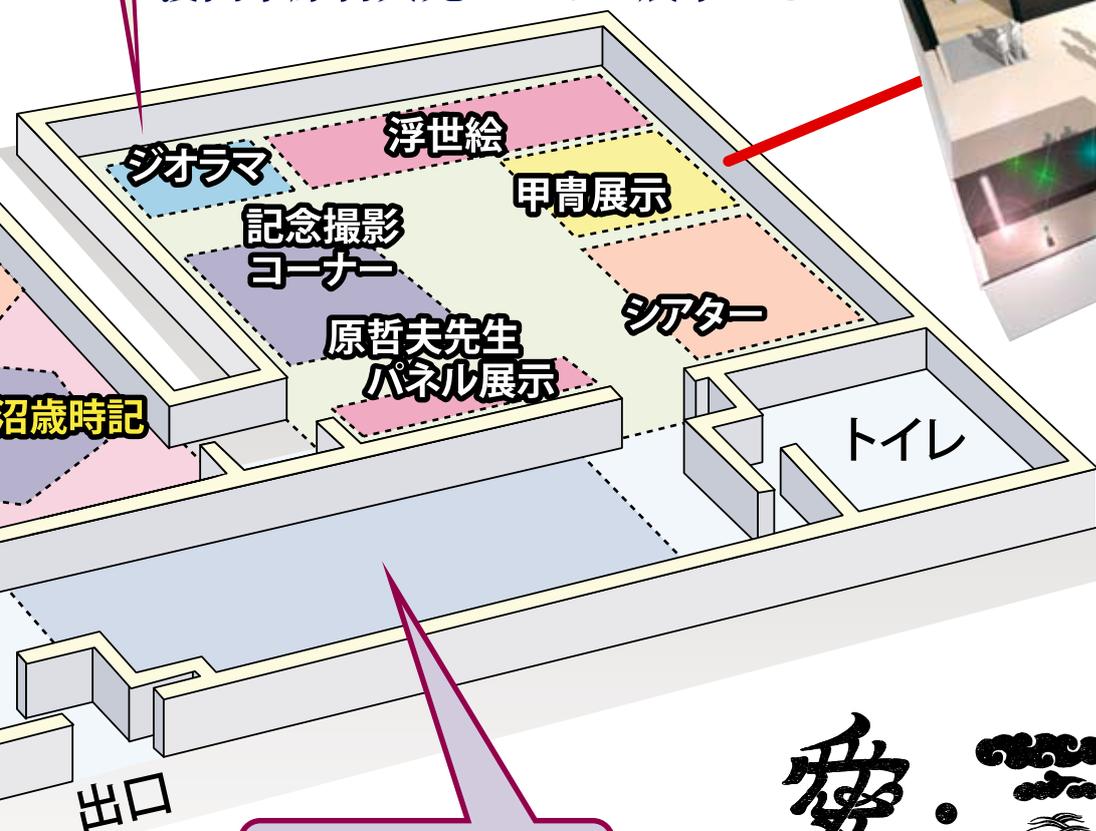
まなびのひろば

健康ひろば

# 南魚沼の魅力を感じよう

## 南魚沼ゾーン 『心～愛と義を貫いた兼続の「故郷」』

- ・浮世絵で見る直江兼続の生涯
- ・不落の名城／坂戸城をジオラマで再現
- ・甲冑着用体験
- ・漫画家原哲夫先生パネル展示 など



## 物販ゾーン

### 『越後・南魚沼の物産お土産』

- ・南魚沼のコシヒカリ販売や地酒販売
- ・天地人グッズお土産販売など



愛・天地人博南魚沼 AL-TENCHIJIN EXHIBITION MINAMI-UONUMA

写真・イラストはイメージです。

開催期間 / 平成21年1月11日(日)～12月27日(日)【年中無休】

開館時間 / 午前8:30～午後5:30 (午後5:00までに入场してください)

開催場所 / 〒949-6625 新潟県南魚沼市六日町137-13 (JR六日町駅から徒歩1分)

主催 / 愛・天地人博南魚沼プロジェクト (☎025-773-6702・FAX 025-773-6716)

# 2009年大河ドラマ「天地人」と

『絆～きずな～ 兼続を育んだ

実り豊かな「人」と「大地」』

- ・ロケ風景を再現、メイキング映像
- ・ドラマで使用した道具や衣装の展示
- ・大河ドラマ「天地人」の紹介パネル など



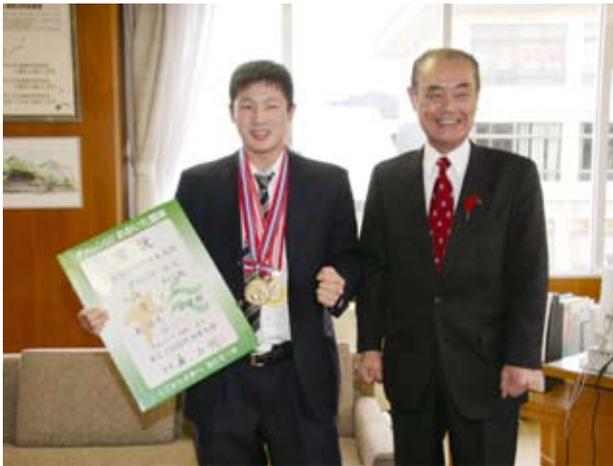
## 大河ドラマゾーン



### ■ 入場料金 ※小学生未満は入場無料です

	一般（個人）	団体（15名以上）	特典
大人（高校生以上）	600円	500円	入場者に南魚沼産コシヒカリ 1合プレゼント
小人（小・中学生）	300円	200円	入場者に特製「愛」の3点セット プレゼント

## 国体優勝報告！



美佐島出身の戸田健樹さん（巻総合高校3年）が、「おおいた国体」ボクシング少年男子ライト級で優勝し、その報告のため市役所を訪れました。

戸田さんは、「ボクシングがしたい」と巻総合高校へ進学し、高校3年で迎えた平成20年春の高校選抜・夏の高校総体・秋の「おおいた国体」で優勝し、高校三冠を達成しました。

また昨年10月にメキシコで行われた、世界ユース選手権大会に日本代表として出場し、選手団で唯一ベスト8まで勝ち進みました。

高校卒業後は大学進学を予定。今後の目標は「2009年トキメきにいがた国体優勝・2012年ロンドンオリンピック出場」とのことです。戸田さんの活躍を期待しましょう。

## 新型救急車が寄贈されました



新型救急車

昨年11月、日本損害保険協会から高規格救急車が寄贈され12月から運用を開始しました。

今まで使用していた救急車に比べ車内が広く、救急資器材を使いやすく配置してあります。最新式の除細動器と自動式心臓マッサージ器を装備し病院までの搬送中、より質の高い救命処置が可能となりました。救急車を利用された方が安心して病院まで行けるよう有効に活用します。今後も適正な救急車の利用をお願いします。

# みなみうおぬま ニュースプラザ

MINAMIUNUMA News Plaza

## ハーモニー子育てトーク



11月29日に、市民会館2階で「ハーモニー子育てトーク」が開催され、坂西美和子さん（医療法人萌気会）の講演『自分で考える子ども ～今、子どもたちは「あそびたい！」と叫んでいます』に47人が参加しました。

子どもを主体にした保育、子どもが自分で考えると主体性・意欲が育まれるなど…、保育士・母親の立場からのお話に参加者はうなずき聞き入っていました。

主催の男女共同参画推進市民会議（愛称：ハーモニー）子育て教育部会では、誰でも参加できるようにと託児も行い1歳から7歳まで11人の利用がありました。あなたも参画しませんか？ ハーモニー会員募集中！（事務局：企画政策課 ☎773-6672）

## 地元念願の大和スマートICについて完成!!

平成20年12月16日から  
大型車対応インターとしてオープン



工事完成記念品をIC入口で配布しました

今回の工事完了により、高速道路へのスムーズな乗り降りや大型車の乗り入れが可能となり、ETC搭載の全ての車両がご利用できます。（車長12.0m超は除く）

ただし、運用時間の16時間（6:00～22:00）とゲートでの一時停止は従来どおり変わりません。今後、運用時間が24時間となるよう大和インターの利用促進に、より一層ご協力をお願いいたします。

# みんな

## の図書館



南魚沼市図書館 ☎773-6677  
大和図書室 ☎777-4671  
塩沢図書室 ☎782-0100

あけましておめでとございます！

図書館はみなさんの本棚です。一人ひとり自分の本棚として活用していただきたいと願い、土曜日、日曜日、祝日はすべて開館して皆さまのご利用をお待ちしています。今年も役に立つ「図書館」となるよう努めます。よろしくお願ひします。

### きつと見つかるあなたの1冊

昨年のご利用ありがとうございました。今年はどうな抱負をお持ちですか。

図書館で初読書なんていかがでしょうか。図書館とは建物があり、資料があり、職員がいる。けれど利用者がいてはじめて図書館となるのです。皆さんに使われてこそその図書館です。ぐるっとひと回りしてみてください。きつとあなたの1冊が見つかりますよ。

### 1月「読書のつどい」

●日時 1月17日(土)

午後2時～3時30分

●会場 南魚沼市図書館

●テーマ 『紙芝居』

●内容 「新潟ひょうしぎの会」の皆さんによる紙芝居本の紹介・読み聞かせ

は泣きべそかいていました。今日の昔話をとても楽しみにしていました。かぼちゃの歌がかわいくてすぐ覚えられました。

・久しぶりの読み聞かせですが、今日来てラッキーでした。人形劇よかったです。あのオカリナがいい味出ていました。またナレーションの声すごくよかったです。



年齢別に分かれての読み聞かせ

・人形劇とても良かったです。が、言葉が子どもにはわからなかったかも…。それでも山姥の登場には釘づけでした。

・弥三郎ばさという題名は知っていたのですが、内容は全く知らなかったため、今日来てよかったと思います。昔話のすばらしさ、方言のあつたかさをすごく感じました。すばらしい活動だと思います。また見せてください。ぐりとぐらのお部屋もすごく楽しかったです。

### 郷土図書紹介

「直江兼続伝」 木村徳衛著

英傑の生涯を史料でたどる不朽の名著！ 1944

・久しぶりの参加でした。長いお話も聞けるようになっていました。お姉さんが子どもの扱いが上手でした。弥三郎ばさの人形劇はオカリナのメロディとゆつたりとした口調の方言で、大人が楽しめる内容でも良かったです。

・人形劇はリアルで少し怖かったけどおもしろかった。本の読み方をまねしたいと思いました。勉強になりました。

・初めて参加しました。いろいろな絵本の紹介があつていいですね。また来たいです。人形劇も楽しかったです。

### 巡回図書(隔月100冊入替え)

12月18日(木)、塩沢図書室の巡回図書入れ替えました。次回、大和図書室は1月15日(木)入れ替えの予定です。



「愛」の前立て意味は？ 謙信は派手、陽気、フアツシヨナブル？ お船の方は3つ年上の姉さん女房、軍資金を使って「多数派工作」等。

### 乳幼児親子はなつの会

ゆきだるまのおはなしをよむよ！

●日時 1月16日(金)

午前10時～11時30分

●会場 大和公民館

●内容 絵本、パネルシアター、手遊び、本の紹介など

●対象 入園前のお子さん、ご家族の方

●参加費 無料

※申し込み不要です

●問合せ 大和図書室

☎7777-4671

### 1月の休館日

南魚沼市図書館：1日(木)～3日(土)(年始)・5日(月)・13日(火)・15日(木)(図書整理日)・19日(月)・26日(月)／大和図書室：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)・1日(木)～3日(土)(年始)／塩沢図書室：1日(木)～3日(土)(年始)

## 棟方志功アートステーション

開館時間 9:00～17:00 (入館終了16:30)

1月の休館日【1月5日(月)～9日(金)】 ☎772-7171

URL <http://www.yukiguni.ne.jp/mkanko/M-artstation.html>

### 第3期 志功・花鳥と女性

1月4日(日)まで開催

(1月3日第1土曜日 無料入館日)

### 第4期 リクエスト展示

1月10日(土)から開催

## トミオカホワイト美術館

開館時間 10:00～17:00 (入館終了16:30)

1月の休館日【1日・2日・毎週水曜日】

☎775-3646

URL <http://www.mynet.ne.jp/white/>

入館料：一般600円・小中高300円

新年は1月3日(土)正午から開館します。

### ～白の世界 川を描く～

■会期 3月9日(月)まで

富岡惣一郎代表作信濃川のほか、阿賀野川、魚野川などさまざまな川を描いた作品を展示します。

### 特別展示「内なる川」

萩野弘一 (阿賀野市 彫刻家)

石で表現される川。ぜひご覧ください。

### ～第9回白の世界写真コンテスト作品募集～

モノクロ (白黒写真)、モノトーン (色数を抑えたカラー写真) でテーマ、ジャンルは自由。四つ切サイズでご応募ください。

■募集期間 1月6日(火)必着



## 市民セミナー 料理教室 こたつで食べまおいしいお菓子

手作りおやつで心も体もホッカホカ。

よくばって3品作ります！

★日時 1月24日(土) 2回開催 ※各5分前集合

①10:00～12:00

②13:30～15:30

★会場 塩沢公民館

★講師 木村多美子 さん

★献立 紅茶のパウンドケーキ

フライパンで作るジャガイモピザ

さつま芋の蒸しパン

★参加費 500円 (当日集金)

★持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、持ち帰り用容器

★定員 各24人 (先着順) 【1月5日(月)受付開始】

★申込み・問合せ 中央公民館 ☎773-6610



## 南魚沼市民会館

受付時間 8:30～17:15

1月の休館日【毎週月曜日/月曜祝日の場合は翌日】

(財)南魚沼市文化スポーツ振興公社・文化振興係

☎773-5500 FAX772-8161 FREE0120-150-142

URL <http://www.6bun.jp> info@6bun.jp

### 【年末年始休館】

12月29日(月)から1月3日(土)の間、年末年始休館します。ご了承ください。

### 【駐車場の除雪と使用制限】

冬期間、降雪状況により駐車場の除雪作業を行います。作業の妨げになりますので、無断駐車・夜間駐車はしないでください。

### 【ホール休館のご案内】

1月7日(水)から3月6日(金)の間、舞台機構設備改修工事のため、「大ホール」と「多目的ホール」を休館します。ご了承ください。

## 池田記念美術館

開館時間 9:00～17:00 (入館終了16:30)

1月の休館日【毎週水曜日・1日～3日】

☎780-4080 FAX777-3815

URL <http://www1.ocn.ne.jp/~ikedart/>

ikedart@lily.ocn.ne.jp

新年は1月4日から開館します。

### 直江兼統生誕地

### 南魚沼寺宝展

■会期 1月4日(日)から

大河ドラマ「天地人」の放映に合わせて、南魚沼市にある古刹、法音寺と普光寺の宝物を展示します。「上杉謙信書状」仏画「三千仏」図など。大人500円、高校生以下無料



## 南魚沼市立 今泉博物館 鈴木牧之記念館

1月31日(土)まで冬期休館です。

■冬期休館期間のお問い合わせ

今泉博物館 ☎783-4500 (月・火曜除く)

## ディスプレイ南魚沼からお知らせ ☎773-6620

### ■トレーニングマシン使用法講習会■

★日時 1月11日(日) 12:00～

★定員 10人 (事前の申し込みが必要です)

★入場料 300円 (定期券利用可)

★受講料 スポパラ会員無料/非会員200円

※運動着、室内シューズ、タオルをご用意ください



## 第50回レルヒカップ・長岡将軍杯争奪大回転競技大会

出場者募集!

昭和33年の第1回大会から数え、今年で50回目となる伝統あるスキー大会に出場しませんか。今回は、記念大会として種目の組数を増やし、参加賞品も豪華です!!

- ★日 程 2月22日(日)
- ★会 場 シャトー塩沢スキー場
- ★種 目 大回転競技 (2本の合計タイム)
- ★組 別

- 男子の部
  - 小学4年生以下組、小学5・6年生組
  - 中学生組
  - 少年・青年組 (中卒以上～30歳未満)
  - 成年A組 (30歳～40歳未満)、
  - 成年B組 (40歳～55歳未満)、
  - 成年C組 (55歳以上)

- 女子の部
  - 小学4年生以下組、小学5・6年生組
  - 中・高校生組、一般組 (大学生含む)

- ★コース がき山ゲレンデコース  
全長540m／標高差104m
- ★参加費 小・中学生1,000円 高校生以上2,000円
- ★表彰等 各組3位までトロフィー、6位まで賞状・賞品を授与します。その他賞品多数あり。
- ★締切り 1月23日(金)必着
- ★申込み 市民会館 (スポーツ振興係)・塩沢公民館・大和公民館
- ★問合せ スポーツ振興係 ☎773-6630



## 第30回ノルウェー大使杯争奪スキー大会

出場者募集!

- ★日 程 3月15日(日)
- ★会 場 シャトー塩沢スキー場  
クロスカントリーコース
- ★種 目 距離競技 (走法はクラシカル)
- ★組 別 ①小学4年生以下の部  
②小学5・6年生の部  
③中学生の部  
④高校生の部  
⑤一般の部  
※各男女別 (全10組)
- ★参加費 小・中学生1,000円 高校生以上2,000円
- ★表彰等 各組3位までトロフィー、6位まで賞状・賞品を授与します。
- ★締切り 2月20日(金)
- ★申込み 市民会館 (スポーツ振興係)・塩沢公民館・大和公民館
- ★問合せ スポーツ振興係 ☎773-6630



## アクティブシニア (中・高年) ナイターズスキー教室

参加者募集!

「若い頃、スキーをしたけど今さら…」 「時間に余裕がある」「初心者だけど？」という方に朗報! 全国的に「スキー道場」で有名な「浦佐スキースクール」の協力でスキー教室を開校します。1回ごとの精算なので、都合の良い日を選んで参加可能です。

気分転換に、仲間作りに、自身の健康のために参加しませんか?

- ★日 程 1月13日・20日・27日、  
2月3日・10日・17日・24日、  
3月10日・17日 (毎週火曜日)
- ★時 間 19:00～20:30 (ナイター講習)
- ★受付場所 浦佐スキー場管理本部
- ★定 員 40人程度
- ★参加資格 基本的に40歳以上で興味のある方
- ★参加費 1回2,000円 (講習代・リフト代)
- ★その他

- ・カービングスキーでの講習です。お持ちでない方はレンタルできます。(別途料金)
- ・参加費は、毎回受付時に現金でお願いします。

- ★申込み・問合せ  
大和観光協会 ☎777-3054 FAX777-3721  
yamakan@sepia.ocn.ne.jp  
<http://www9.ocn.ne.jp/~yamakan>



## 第5回市民クロスカントリースキー大会

出場者募集!

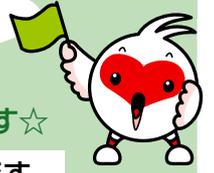
- ★日 程 2月8日(日)
- ★会 場 欠之上クロスカントリーコース
- ★組 別 ※年齢は2月8日現在

組 別	男子	女子	走 法
小学3年生以下	2km	2km	クラシカル
小学4年生			
小学5年生	3km	3km	
小学6年生			
中学生	5km	3km	フリー
高校生			
成年A (29歳以下)	3km	2km	
成年B (30～49歳)			
成年C (50歳以上)			

- ★参加資格 南魚沼市に在住・在勤・在学者
- ★参加費 小・中学生500円 高校生以上1,000円
- ★締切り 1月26日(月)必着
- ★申込み 市民会館 (スポーツ振興係)・ディスポート・塩沢公民館・大和公民館
- ★問合せ スポーツ振興係 ☎773-6630



# 感動をこのまちで トキめき通信 No.12



～協賛支援のお願い～ ☆協賛していただける企業・団体・個人を募集中です☆

国体は、毎年都道府県が持ち回り方式で開催する日本最大のスポーツイベントです

■問合せ 国体推進室（市民会館内 トキめき新潟国体南魚沼市実行委員会事務局） ☎773-6140 FAX772-8161



**新**しい年が始まりました。今年は、トキめき新潟国体の開催の年です。1964年（昭和39年）以来、45年ぶりに国体（本大会）が、9月26日(土)から11日間、新潟県下の会場で開催されます。南魚沼市では次の競技が行われ、全国から各ブロック予選を勝ち抜いた選手たちが集い、日本一を競います。いつまでも記憶に残る大会となるよう市民の皆さまのご支援とご協力をお願いいたします。

競技名	競技会場	競技日程
自転車（ロード・レース）	坂戸山・しゃくなげ湖周回特設ロード・レース・コース	9月27日(日)
テニス（成年女子・少年男子）	大原運動公園テニスコート	10月2日(金)～5日(月)



## ボランティアとして国体に参加しませんか

大会運営を支え、全国から訪れる選手・役員を温かく迎えるボランティアを募集します。ぜひ、ボランティアとして国体にご参加ください。

### ●大会運営ボランティア

休憩所でのもてなし、会場内での清掃、ビデオや記録写真の撮影など大会運営を補助していただくボランティアです。

### ●『歓迎の花』ボランティア

会場を彩り、来場者を歓迎する花を育てるボランティアです。

※「市報みなみ魚沼」2月1日号で詳しくお知らせします。



## トキキダンス講習会を開催しました

トキめき新潟国体のイメージソング「ガムシャラな風になれ」のダンス講習会が11月28日(金)サンライズ南魚沼で行われました。アルビレックスチアリーダーズを講師に迎え、保育園や小学校の先生たちが複雑なステップのマスターに汗を流しました。たくさん子どもたちにトキキダンスを踊ってほしいですね。



各課からのお知らせ

掲示板&伝言板

NEWSフラザ

まなびのひろば

健康ひろば

# 「妊婦健診」助成範囲

## 「県内」から「全国」に拡大

市は、1月から妊婦の健康の保持と増進を図るため妊婦健診の助成範囲を拡大します。今まで対象外でした県外での妊婦健診も助成の対象になります。

(変更前) 新潟県内  
←←←  
(変更後) **全国**

### 対象者

市から妊婦一般健康診査受診票等の交付を受けた方で、県外に里帰りして受診票を使用できなかった方

### 受診票の種類

- ① 妊婦一般健康診査受診票 5枚
  - ② 妊婦Hbの抗原検査受診票 1枚
  - ③ 妊婦超音波検査受診票 1枚
- (出産予定日に35歳以上の方)

### 対象時期

平成21年1月1日以降の受診からです。

### 助成額の上限

県の妊婦健康診査委託金額

### 上限回数

市が発行する受診票の枚数分

- ・妊婦一般健康診査 5回
- ・妊婦Hbの抗原検査 1回
- ・妊婦超音波検査 1回

### 申請書類

① 妊婦健康診査費助成申請書

- ・大和庁舎 保健課
- ・本庁舎 市民課
- ・塩沢庁舎 塩沢市民センターの各窓口にて用意してあります。
- ② 医療機関の領収書コピー
- ③ 市が発行した未使用の受診票

### 申請方法

健診終了後、申請書類①～③を揃えて保健課、市民課または塩沢市民センターに申請してください。



### 問合せ

保健課 母子保健係

☎ 777-3850

## 「血液」が足りません

### 「献血」をご存知ですか？

皆さんのご家族や友人など身近な人で、輸血や血液製剤を使用された方はおられませんか？ その医療に使われた血液は人工的に作ることができません。すべて健康な皆さんの善意の「献血」で賄われています。

### 「献血」をしたことがありますか？

2月末まで、市内を含む県内豪雪地域では交通事情の関係で献血バスの巡回ができません。現在、3か所の献血ルームで毎日(12月31日、1月1日を除く)受け付けていますが十分な量の確保には追いつきません。

買い物など、長岡にお出かけの際は献血ルームにお立ち寄りください。所要時間の目安は全血献血40分、成分献血で1時間半から2時間くらいです。

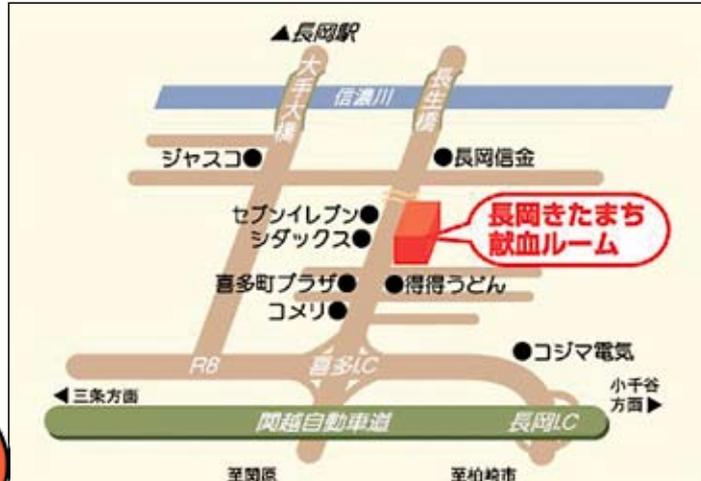
新潟県では特に成分献血(献血ルームのみ)、400ml献血と複数回献血を推進しています。「献血」に善意のご協力をお願いします。

### 問合せ

保健課 健康推進係

☎ 777-3850

## 長岡きたまち献血ルーム



■受付 毎日(12月31日、1月1日を除く) 9:30~17:00  
■住所 長岡市喜多町1113-1 (☎0120-056339)

## 「はたちの献血」キャンペーン

1月1日(木)~  
2月28日(土)、実施中!



新たに成人式を迎える「はたち」の若者を中心に献血思想の普及と冬季の献血者の確保を図ることを目的に、1月1日から2月28日まで全国一斉に「はたちの献血」キャンペーンが実施されます。「献血」に若さのご協力をお願いします。

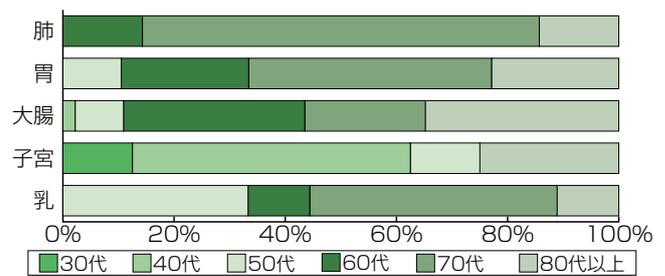
早期発見・早期治療が大切!!

**がん検診を受けましょう!!**

現在、南魚沼市ではがん死亡が死因の第1位です。がんは一定の大きさにならないと症状が現れません。症状が出た時にはかなり進行している可能性があります。がんは初期に発見・治療すれば完治することも可能です。そのためには、定期的に検診を受けることが大切です。

**市** の検診でのがん発見の状況

	H17	H18	H19
肺がん	4人	3人	2人
胃がん	17人	20人	12人
大腸がん	20人	15人	13人
子宮がん	4人	3人	1人
乳がん	5人	5人	8人

**H** 17～19年がん発見者の年齢割合**肺** がん検診

肺がんは日本でのがん死亡の第1位です。特に喫煙者のがんになる危険度は高くなります。検診内容は、レントゲン撮影と問診です。喫煙が多いなど危険度の高い方には、喀痰検査を行っています。

**胃** がん検診

胃がんは市内でも50歳代以降から増えてきています。胃がんは早期に発見することで完治が可能です。市の検診は、バリウム検査のため、むせやすい方や3日以上便秘が続く方、腹部の手術をした方で主治医の許可がない方は、医療機関等での内視鏡検査をすることをお勧めします。

**大腸** がん検診

大腸がんは南魚沼市内でも40歳代から発見されています。全国では女性の悪性腫瘍で死亡する原因のトップが大腸がんです。新潟県の平成19年人口動態統計でも、女性の大腸がんが前年の2位から1位となりました。大腸がん検査を受けた人は、大腸がんの死亡率が7割低いという研究結果もあります。検便検査で簡単にできる検査です。

**子宮** がん検診

※20歳以上の偶数年齢に達する方が対象です

子宮頸がんは、最近20歳代から増えています。ここ20年間で20～24歳では2倍、25～29歳では3～4倍に増加しています。市内でも30～40歳代の方から見つかっています。20歳代から定期的に検査を受けましょう。

**乳** がん検診

※40歳以上の偶数年齢に達する方が対象です

乳がんにかかる人は年々増加しています。特に働き盛りの40～50歳代に多く、市内でも同様に50歳代から増えています。お母さんや叔母さんなど血縁関係で乳がんになった人がいる方や乳腺の病気にかかったことがある方、出産数が少ない方は、発症する危険度が高くなります。定期的に検診を受けましょう。

集団検診では医師による視触診とマンモグラフィ検査をしますが、乳がんは自分で発見も可能なので自己検診も大切です。

※市が実施するがん検診は、該当年齢の方はどなたでも受けられます。積極的に申し込みください。  
(ただし、人間ドックや職場など他の方法で検査を受けている方は重複して受けられません)

# 平成21年度 住民健診 受付開始!!

住民健診申込書の内容は、一年間の健診の基礎資料です。  
正確に記入して提出をお願いします。

## 問合せ

- 住民健診に関すること  
保健課 成人保健係 ☎ 777-3850
- 市の国保（特定健診・人間ドック）に関すること  
市民課 国保年金係 ☎ 773-6661

1月上旬、住民健診申込書（以下「申込書」と表示）を全世帯に発送します。申込書裏面の注意事項をよくお読みいただき、記入して提出してください。

■ 提出期限 1月20日(火)

- 提出先 ・保健課（大和庁舎）  
・市民課六日町支援係（本庁舎）  
・市民センター塩沢支援係（塩沢庁舎）  
・各行政区の健康推進員  
・ゆきぐに大和病院健友館  
・五十沢・城内・大巻地域開発センター

■ 提出方法 同封の封筒に入れ郵送（切手を貼ってください）するか、直接提出してください。

【注意】住民健診は、南魚沼市国民健康保険（以下「市の国保」と表示）が募集する人間ドックと異なります。平成21年度住民健診と市の国保の人間ドックを両方受けることはできません。

## 申込書が変わりました

- ① 分かりやすいよう申込書の文字を水色にしました。
- ② 記入等の注意事項を申込書の裏面に掲載しました。
- ③ 「受ける：1」「受けない理由：2～7」を番号で表示しました。番号の意味を確認して、該当番号を○で囲んでください。

## 申し込みのできる健診は？

基礎健診（若年健診：19～39歳と高齢健診：75歳以上）と各がん検診等の申し込みを受け付けます。特定健診対象者（40～74歳）の『基礎健診』申し込みは不要です。

## 特定健診（40～74歳）を受けるには？

- ① 市報4月号に掲載予定の『健診日程』でお住まいの行政区の実施日を確認ください。
- ② 確認した実施日に「特定健康診査受診券」・保険証・料金等を持参してお受けください。がん検診等も申し込まれた場合は、同時に受けられるように日程を調整中です（子宮・乳がん検診および一部地域を除きます）。  
・4月、市の国保の『特定健康診査受診券』を該当者全員に発送する予定です  
・市の国保以外の医療保険に加入する方は、医療保険者または事業主から届いた内容に従いお受けください  
・会社にお勤めの方は、労働安全衛生法による「事業主健診」をお受けください
- ③ お住まいの行政区の実施日に受診できない場合は、他の実施日に受診することもできます。

【注意】 特定健診の受診方法は加入する医療保険により異なります。市の健診会場で受診できない場合があります。

## 積極的に住民健診を受けましょう

死因の6割は「がん」「心臓病」「脳卒中」などの生活習慣病です。がん検診で病気の「早期発見・早期治療」と、基礎健診で「生活習慣を見直す」ため積極的に健診を受けましょう。



## 平成21年度健診等の対象者と料金（年齢基準日：平成22年3月31日）

項目	対象者	個人負担金
基礎健診	若年健診 19～39歳以下	1,500円
	特定健診 40～74歳以下	40～69歳※1,500円、70～74歳※500円 南魚沼市国民健康保険加入者の料金
	高齢健診 75歳以上等	無料
胸部レントゲン（喀痰検査）	40歳以上 喀痰検査はハイリスク者のみ	40～64歳 500円、65歳以上無料 【喀痰】40～74歳※700円、75歳以上無料
胃がん検診	40歳以上	40～74歳※1,000円、75歳以上無料
大腸がん検診	40歳以上	40～74歳※500円、75歳以上無料
子宮がん検診	20歳以上（偶数年齢の女性）	20～74歳※1,000円、75歳以上無料
乳がん検診	40歳以上（偶数年齢の女性）	40～74歳※1,000円、75歳以上無料

【個人負担金の※印の意味】 特定健診…住民税非課税世帯に属する場合無料。  
がん検診等…70～74歳で住民税非課税世帯に属する場合無料。後期高齢者医療保険加入者は無料。

# 1月のカレンダー

6日(火)	消防団出初式(13:00～南魚沼市民会館)
10日(土)	第21回中越スキー選手権大会(フリー) (9:00～欠ノ上クロスカントリースキーコース)
11日(日)	第21回中越スキー選手権大会(クラシカル) (10:00～欠ノ上クロスカントリースキーコース) <b>「愛・天地人博南魚沼」開幕</b>
15日(木)	第2回「親子サロン」 (10:00～11:30 市民会館(中央公民館2階))
16日(金)	えほんであそぼ(10:00～11:30 大和公民館)
17日(土)	読書のつどい (14:00～15:30 南魚沼市図書館)
24日(土)	城内地区 第3回「そだち学級」 (10:00～11:30 城内開発センター)
28日(水)	時間外納税窓口 (17:30～19:30 本庁舎1階税務課窓口)
29日(木)	時間外納税窓口 (17:30～19:30 本庁舎1階税務課窓口)
30日(金)	大和地域 第5回「そだち学級」 (10:00～11:30 大和公民館) 時間外納税窓口 (17:30～19:30 本庁舎1階税務課窓口)

## ほのぼのの広場

「親子での遊び」「子育ての仲間同士の情報交換」「育児相談」などにご利用ください。

時間 9:30～15:00

「広い所で遊ぼう」開催日午後「ほのぼのの広場」は、各地区★印の会場で開催します。

★大和会場：大和庁舎 3F

月 火 水 木 金 毎週 月・火・木曜日

- 1月13日(火) 9:30～11:30 「広い所で遊ぼう」  
会場：うるおいの里みよう
- 1月27日(火) 10:30～11:00 支援講座  
内容：楽しい絵本(読み聞かせ)

★六日町会場：南魚沼市保健センター

(水曜日午前の会場は「サンライズ南魚沼」です)

月 火 水 木 金 毎週 月～金曜日

- 1月14日(水) 9:30～11:30 「広い所で遊ぼう」  
会場：サンライズ南魚沼
- 1月29日(水) 10:30～11:00 支援講座  
内容：楽しい絵本(読み聞かせ)

★塩沢会場：塩沢庁舎 北棟2F

月 火 水 木 金 毎週 火・水・金曜日

- 1月28日(水) 10:30～11:00 支援講座  
内容：楽しい絵本(読み聞かせ)

※どの会場にも参加できます。※申込みは不要です。  
※保険料として1人10円が必要です。  
■問合せ 子育て支援センター ☎777-3113

行政 めぐりごと 相談日	1月 9日(金)	13:00～16:00	塩沢老人福祉センター
	1月19日(月)	13:30～16:00	働く婦人の家(浦佐)
	1月28日(水)	14:00～16:00	本庁舎



# 1月の救急医療当番

1	(木) 祝日 年始	内科	9:00～翌朝9:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
		外科	9:00～翌朝9:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
2	(金) 年始	内科	9:00～翌朝9:00	県立六日町病院	772-7111
		外科	9:00～翌朝9:00	県立六日町病院	772-7111
3	(土) 年始	内科	9:00～翌朝9:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
		外科	9:00～翌朝9:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
4	(日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
		外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
10	(土)	内科	12:00～18:00	青葉すこやかクリニック	782-1000
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
		外科	12:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
11	(日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
		外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
12	(月) 祝日	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
		外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
17	(土)	内科	12:00～18:00	風間内科医院	782-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
		外科	12:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
18	(日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
		外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
24	(土)	内科	12:00～18:00	河内医院	772-2355
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
		外科	12:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
25	(日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
		外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
			18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
31	(土)	内科	12:00～18:00	萌気園二日町診療所	778-0088
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
		外科	12:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
			18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111

◎休日救急診療所の所在地  
市役所本庁舎となり 南魚沼市保健センター内  
☎773-6688 (日曜・祝日のみ)

◎脳神経外科の休日救急医療  
土曜の正午～翌朝6:00と日曜・祝日の朝6:00～翌朝6:00  
まで、齋藤記念病院 ☎773-5111で診療しています。

★市消防本部のテレホンガイド ☎782-1991でも、その週の当番を確認することができます。

後編 集記

の放送開始、皆さまのみなさん、ご家族と一緒に見るか、それぞれの見方、大河ドラマを楽しみましょう。

市内各地で撮影されたシーンは、1月を中心に放送されるとか。1月の日曜日(夜8時)は、ワクワクしてTVの前から動かせん。ご家族と一緒に見るか、一人で見つくり見るか、それぞれの見方、大河ドラマを楽しみましょう。

1月4日