



自然・人・産業の和で築く安心のまち

## 南魚沼市

<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp/> 市報ウェブサイト版 南魚沼市 市報

### 市民の動き

(平成22年12月末現在)

人口	61,108人	(先月比 -19)
男	29,936人	(先月比 -6)
女	31,172人	(先月比 -13)
世帯数	19,072戸	(先月比 -3)

# 申告の準備は お済みですか



## ～今回の特集は、申告の手引き～

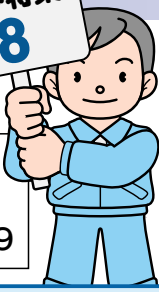
市・県民税申告の受付が、2月16日から始まります。今年の申告用紙と書き方の手引きは、本誌の中に入っています。取り外してご利用ください。(8・9ページの間に入っています)

### おもな内容

- 各課からのお知らせ
  - ごみ特集⑧ プラスチック・白トレイなどの分別…… 2・3
  - 日壊スキー交流100周年記念…………… 4
  - 申告会場開設/平成23年度成人式…………… 5
- 掲示板&伝言板…………… 6～8
- まなびのひろば…………… 9～11
- 健康ひろば…………… 12～14
- 第27回 しおざわ雪譜まつり…………… 15

ごみ特集  
8

【問合せ】  
廃棄物対策課  
☎ 782-0339



# リサイクルの流れ

不燃ごみ処理施設（リサイクルセンター魚野）

(注) 容器包装プラスチックもペットボトルの流れとほぼ同様です。実際の作業は4月以降ですので、今回はペットボトルを例に説明します。

発泡スチロール収集



ペットボトル収集



収集されたごみの中から人の手により異物（汚れがひどいもの）などを取り除きます。

可燃ごみ処理施設で処理されます。

熱で溶かして、圧縮します

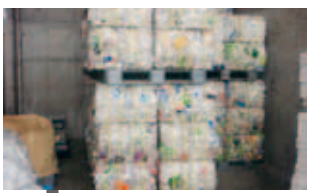


**インゴット**  
長さ約1メートル、インゴットと呼ばれる板状の塊にします。

**ベール**  
ベールと呼ばれる箱状の塊にします。



**ストックヤード**  
完成した、インゴット・ベールを一時的に保管します。



再商品化事業者に引き渡します。

**再商品化製品**  
ペレット・フレーク



**利用製品**

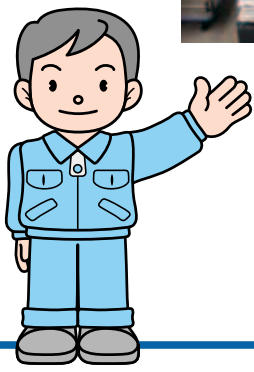
**繊維** インテリア、寝装寝具、衣類、土木・建築資材など

**成型品** 回収ボックスなど

**シート** 食品用トレイ、中仕切りなど

**ボトル** 洗剤、飲料用ボトルなど

**その他** 結束バンド、ごみ袋など



# 「容器包装プラスチック」と「白トレイ・発泡スチロール」の分別

～ 4月から、六日町・塩沢地域でスタート～

(ゴミを資源にかえる習慣 パート2)

家庭から出るごみの約60% (容積比) を「容器」と「包装」が占めており、そのうちプラスチック類は約40%です。原料である石油の99%以上を輸入に頼っている日本では深刻な問題であり、きちんと回収すれば質の高い原料に再生できます。

## ●市が回収する「容器包装プラスチック」は3種類に分かれています。

1. ペットボトル
2. 白トレイ・発泡スチロール
3. その他のプラスチック容器類 (4月から回収)

★実際に行われている「ペットボトル・発泡スチロール」の処理の流れ (右ページ参照)

## 4月から、塩沢地域で「資源ごみの拠点回収」を始めます

### ●対象 古紙類

- ・新聞紙
- ・雑誌・雑紙類
- ・ダンボール
- ・紙パック
- ・米袋



●拠点回収のメリット 回収コストの削減と資源ごみの品質向上です。休日 (土曜日) を利用し、決められた場所に分別された資源ごみを回収することにより達成できます。皆さまの協力をお願いします。

●出し方 4月・8月・12月 (年3回) 塩沢・上田・中之島・石打の4地区でそれぞれ回収場所・回収時間を決めて行います。回収業者が立ち会いますので、指示に従って出してください。

●回収時間 全地区 8:00～11:00

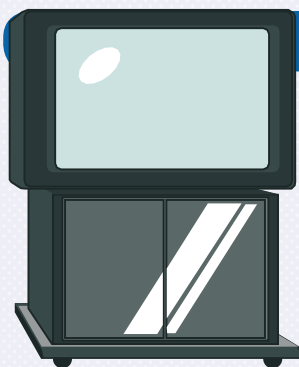
- 回収場所
- ・塩沢地区 ⇒ 4月・8月・12月 (第4土曜日) 塩沢保健センター駐車場
  - ・上田地区 ⇒ 4月・8月・12月 (第1土曜日) 上田農村環境改善センター駐車場
  - ・中之島地区 ⇒ 4月・8月・12月 (第3土曜日) 旧東部土地改良区事務所駐車場
  - ・石打地区 ⇒ 4月・8月・12月 (第2土曜日) 農業者トレーニングセンター駐車場

※4月から平成24年3月までは、移行期間として月1回、現状のステーション回収を続けます。  
(1月と2月は、雪のためお休みします)

## 平成23年7月24日でアナログ放送は終了します

～旧型のテレビは適正に処分しましょう～

- 新しく購入する方 → 販売店に相談を
- 自分で廃棄する方 → 処分業者に持ち込みましょう
  - ・大和環境 ☎779-4633 [黒土新田450-6]
  - ・クリーン産業 ☎782-4840 [島新田529](詳しくは12月1日号9ページに掲載)
- 処理料が必要です (サイズによって3,000円～5,000円)



# にち ほう 日嶽スキー交流100周年記念

## ～2月17日 国際シンポジウム開催～

今年には日本にスキーが伝えられて100周年です。この日本スキー発祥100周年を迎え、「日本のスキー 新たな100年に向けて」と題して、地域におけるスキー観光の役割・国際化などをテーマに、スキー産業先進地であるオーストリア共和国チロル州の観光産業代表者と、日本国内の有識者、地元スキーリゾート関係者による国際シンポジウムが開催されます。このシンポジウムでは、南魚沼市と国際姉妹都市であるセルデン町長エルンスト・シェプフ氏の基調講演「チロルのスキー戦略」も行われます。基調講演、シンポジウムとも同時通訳で行われます。地域の皆さんの参加をお待ちしています。

- 日 時 2月17日(木) 14:00～16:45
- 会 場 湯沢町「ナスパニューオータニ」
- 定 員 400人 ●参加費 無料
- 【問合せ】 新潟県日嶽協会（南魚沼市観光協会内） ☎772-7171



宝くじは  
豊かさ築く  
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

この事業は、宝くじの助成金を受けています



エルンスト・シェプフ氏

# スキー発祥100周年記念イベント

## 本場オーストリアの コーチが指導

スキー・スノーボード特別レッスン！100年前に日本にスキーを伝えたレルヒ少佐のふるさとで、ウィンタースポーツの本場オーストリアからコーチを招いて、レッスンをを行います。

## オーストリア・ 料理シェフによる

オーストリア・チロル料理フェア！スキー・スノーボードレッスンにチロル料理シェフが同行し、各スキー場のレストランでチロル料理を提供します。オーストリア・チロル料理をお試ください。

## スキー場への巡回バス

無料レルヒさんバス運行！

夏に行われたアンケート結果を基に2月27日(日)までの土日祝日限定で六日町、塩沢エリアを対象にテスト運行を行います。対象はスキー場へ行かれる小・中学生ですが、保護者を含め、市民の皆さまもご利用いただけます。時刻表は観光協会ウェブサイトをご覧ください。

	2 月		3 月	
	スキー・スノーボードレッスン	チロルフェア	スキー・スノーボードレッスン	チロルフェア
1日(火)	上越国際スキー場	ラ・ファミーユ 中角	セントレジャー 舞子スノーリゾート	セントレジャー 舞子スノーリゾート
2日(水)				
3日(木)				
4日(金)				
5日(土)	上越国際スキー場	ラ・ファミーユ 中角	セントレジャー 舞子スノーリゾート	セントレジャー 舞子スノーリゾート
6日(日)				
7日(月)	石打丸山スキー場		石打丸山スキー場	
8日(火)				
9日(水)				
10日(木)				
11日(金)				
12日(土)	石打丸山スキー場	ラ・ファミーユ 中角	石打丸山スキー場	セントレジャー 舞子スノーリゾート
13日(日)				
14日(月)	GALA湯沢 スキー場	GALA湯沢 スキー場		
15日(火)				
16日(水)				
17日(木)				
18日(金)				
19日(土)	GALA湯沢 スキー場	GALA湯沢 スキー場		
20日(日)				
21日(月)				
22日(火)				
23日(水)				
24日(木)				
25日(金)				
26日(土)	GALA湯沢 スキー場	GALA湯沢 スキー場		
27日(日)				
28日(月)	セントレジャー 舞子スノーリゾート	セントレジャー 舞子スノーリゾート		



【問合せ】 南魚沼市観光協会 ☎772-7171 URL <http://www.m-uonuma.jp/>

# 申告会場、開設（2月16日～3月15日）

## 市・県民税の申告、所得税の確定申告の相談会場

【問合せ】 税務課 市民税係 ☎773-6668

市の申告会場の相談は、市の職員がお受けします。土地・建物、株式の譲渡所得や損失申告など、特殊な申告は市の会場ではお受けできない場合があります。税務署職員による相談は、小千谷市総合産業会館「サンプラザ」で行っています。

- 相談には、印かん・筆記用具・電卓のほか必要な書類（源泉徴収票、収支内訳書、各種領収書または証明書など）を持参してください。
- 所得税の還付を受ける場合は、本人名義の銀行などの口座番号を、新規に口座振替する場合は、口座番号を控えて通帳の印かんを持参してください。
- 申告期間の後半は大変混みますので、できるだけお早めにおいでください。

- **受付期間** 2月16日(水)～3月15日(火) ※土日は閉庁します
- **会場**
  - ・本庁舎2階 大会議室
  - ・大和庁舎3階 中会議室
  - ・塩沢庁舎1階 大会議室
- **開庁時間** 庁舎管理上、受付のための開庁時間を下記のとおりとします。
  - ・本庁舎 7:30以降
  - ・大和庁舎 8:00以降
  - ・塩沢庁舎 8:00以降
- **相談時間** 9:00～11:30、13:00～16:00（受付終了時間）  
※混雑状況により、午前中の受付でも午後の相談になる場合や、受付の終了時間を早める場合があります。

### 休日相談日

- **受付日時** 3月6日(日) 9:00～11:30、13:00～15:00
  - **会場** 本庁舎2階（大会議室）
- ※主に会社勤務などの方を対象とした申告相談です。平日に相談できる方はご遠慮ください。

# 平成23年度 成人式

【問合せ】 総務課 成人式担当

☎773-6660（内線213）  
syomu@city.minamiunuma.lg.jp



月1日現在、市内に住所がある方。（対象者には、2月末までに案内をお送りします）

### 成人式の運営を一緒にしてみませんか？

新成人の方で、成人式の司会進行や受付、企画など、式の運営の一部と一緒にしてみたい方を募集しています。20歳の記念に、思い出に残る成人式にしませんか。おひとりでもお友達と一緒にでもかまいません。申し込みをお待ちしています。

- **締切り** 2月25日(金)

- **日程** 5月3日(火) 憲法記念日
- **時間** 正午～午後0時50分
- **受付** 午後1時～3時
- **式典** 午後1時～3時
- **会場** 市民会館（大ホール）
- **対象** 平成2年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方で、南魚沼市内の中学校を卒業した方、中学校在学時に南魚沼市内にお住まいだった方、または平成23年1



# 掲示板

市からのお知らせ

**問** 問合せ  
**日** 日時  
**期** 期間  
**対** 対象  
**定** 定員  
**講** 講師  
**本** 本庁舎  
**塩** 塩沢庁舎

**申** 申込み  
**会** 会場  
**時** 時間  
**資** 資格  
**費** 費用  
**内** 内容  
**他** その他  
**大** 大和庁舎  
**和** 大和庁舎

## 油断大敵！離れるな！ わずか2分の給油中

**問** 環境交通課  
☎773-6666

- ・ 消防本部  
☎782-9119
  - ・ 大和分署  
☎779-4600
- 最近、ホームタンクからの給油中についっかかりその場を離れてしまうことによる灯油漏れ事故が多発しています。給油中は目を離さないよう十分注意しましょう。
- 給油のあとは、タンクのバルブをきちんと閉めたか必ず確認しましょう。

## 掲示板&伝言板

- 雪による配管などの破損に注意し、定期点検を忘れずに行いましょう。
- 給油口に自動停止機能付きの器具を取りつければ安心です。

油漏れ事故は、河川や地下水の汚染にもなり、多くの方に迷惑がかかることがあります。漏らした人には回収費用や損害賠償が請求されることあります。家計にとっても大きな損失です。

● **誤って、油を漏らしてしまったら**

- ① まず元栓を閉める
- ② 流出した油が広がらないよう応急処置をする
- ③ 速やかに通報してください。水路や川などに、油が流れているのを発見した場合も、速やかに通報してください。



## 機械の入替え作業のため 自動交付機停止

**問** 市民課 市民係  
☎773-6661

各庁舎の自動交付機の機械の入換え作業のため、期間中の自動交付機は終日、利用することができません。ご協力をお願いします。

庁舎	停止期間 (終日利用できません)	自動交付機稼働時間 ・平日 / 7:30~20:00 ・土日祝日 / 8:30~17:00
本 庁	2月 4日(金)~ 8日(火)	大和・塩沢庁舎の自動交付機をご利用ください
大 和	2月15日(火)~17日(木)	本庁・塩沢庁舎の自動交付機をご利用ください
塩 沢	2月22日(火)~24日(木)	本庁・大和庁舎の自動交付機をご利用ください

停止期間中、平日(午前8時30分~午後5時15分)は、市民課、大和・塩沢の市民センター窓口にて、暗証番号登録されている本人が、「市民カード」または「印鑑登録証」をお持ちいただくと、自動交付機の手数料で証明書を発行します。

窓口には、本人確認のため写真身分証明書(運転免許証など)をお持ちください。

※自動交付機は、暗証番号登録をしている本人以外は、利用できません。

## 2月、 子ども手当の支給月

**問** 子育て支援課  
子ども家庭支援班  
☎777-3113

10月から1月分の子ども手当を、2月10日(木)に指定の口座に振り込みますので、確認してください。

- 支** 支給額  
一律13,000円  
(子ども一人あたり月額)
- 対** 中学校卒業まで  
公務員の方は、各職場で振込日を確認してください。

## 普通救命講習会 (大和分署)

**申・問** 消防署(大和分署)  
☎779-4600

愛する人、大切な人が目の前で急に倒れたら、あなたはどうしますか…?

いざというときのために応急手当を学びませんか?心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の取扱い、異物除去の方法など、実技を中心にした講習会です。初めての方も、受講経験のある方もお気軽にご参加ください。

勇気と思いやりをもって、かけがえのない命を救いましょう。



- 日** 2月26日(土)  
午前9時~正午  
(受付開始、午前8時45分)
- 会** 大和分署2階(会議室)
- 定** 30人
- 費** 費用 無料
- 他** 受講者には修了証を交付します。

**地域で みんなで  
高齢者を見守りましょう**  
～誰もが安心して暮らせる  
支え合う地域づくり～

福祉課  
☎777-3112



高齢者の方やそのご家族は、「認知症」や「高齢者虐待」など様々な問題を抱えているのかもしれない。だからこそ今、地域でのコミュニティ意識の再生が必要です。

隣近所や町内などの地域で、普段からのお付き合いや人間関係が築かれることが大切です。

それにより、問題が起こる前に気付き、必要な支援に結びつきます。

●**私たちが今すぐできること**

①ご近所で声を掛けあいましょう。まずは、「あいさつ」から

②地域の高齢者の方をさりげなく見守りましょう

③ご近所で、普段と違うことがないか、目配りをしましょう

**2月は高齢者見守り強化月間**

天候が悪い2月は高齢者を見守る機会が減少します。高齢者に関わる認知症・虐待・孤立死などの問題を、みんなで考え高齢者の見守りを実践しましょう。まわりの方のこんなサイン、お気づきではありませんか？

**認知症**

何回も同じことを尋ねたり、言ったりする。◆よく知っている人の名前を覚えていない。◆日付や場所の見当がつかなくなり、道に迷うことがある。

**高齢者虐待**

天気が悪くても、高齢者が外に長時間いる姿が見られる。◆自宅から高齢者、家族の怒鳴り声、悲鳴、物を投げる音が聞こえる。◆近所づきあいがなく、高齢者に会わせてもらえない。

**孤立死**

郵便物や新聞が一杯になっ

ている。◆洗濯物が取り込まれていない。◆暗くなっても電気がつかない。または、電気が付けばなしである。「いつもと様子が違う」「心配なことが起きているようだ」と気づいた。何か心配事がある場合は、福祉課・地域包括支援センター・地区の民生委員にお知らせください。（連絡いただいた方の秘密は固く守られます）

●「地域見守り活動」にご参加ください

県では高齢者の方々が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、県民総ぐるみで「地域見守り活動」を推進するため、企業、団体などによる「地域見守り活動」に参加いただける企業、団体を募集しています。

【現在の協力企業・団体など】

- （順不同・敬称略）
- ・社会福祉協議会・民生委員児童委員協議会・老人福祉施設協議会
- ・介護老人保健施設協会・老人クラブ連合会
- ・新潟県宅地建物取引業協会
- ・NIC新潟日報販売店会

**伝言板**  
国・県などからのお知らせ

**新潟県労働セミナー**  
申・☎ 新潟県労政雇用課  
☎025-280-5259  
FAX 025-280-5493

近年、県の労働相談所には、いじめやパワハラなど職場の人間関係に関する相談が多く寄せられています。県では、こうした状況を踏まえ、職場の人間関係をテーマとしたセミナーを開催します。専門家が相談事例など具体的な内容を扱いながら、いじめやパワハラの対処法をわかりやすく解説します。

**日** 2月10日(木)  
午後3時～4時45分

**会** 新潟県自治会館別館9階  
「コンベンションホールゆきつばき」（新潟市中央区新光町4-1）

※駐車場は有料で限りがありますので、公共交通機関の利用にご協力ください。

●**演題** 「いじめ・パワハラとメンタルヘルス対策」

快適な職場づくりのために  
講 荒井千暁氏（医師・元日清紡グループ企業産業医）  
定 120人（定員に達し次第、申し込みを締め切りします）  
参加料 無料

**子育て支援のための「一般事業主行動計画」の策定・届出**  
☎025-234-5928  
新潟労働局 雇用均等室

4月1日から次世代育成支援対策推進法による行動計画の策定・届出の義務対象企業が拡大されます。

規模101人以上300人以下の企業は4月1日までに早めに、子育て支援のための行動目標を定めた行動計画を策定し、新潟労働局に届出をお願いします。

行動計画は策定して、公表し従業員に周知してください。届出様式や策定の資料などは、新潟労働局ウェブサイトに掲載しています。お気軽にお問い合わせください。

## 農業用免税軽油の 免税証交付

地域振興局 課税課

☎ 772-2663  
FAX 772-2739

農業用トラクター、コンバインと田植機などに使用する軽油を、免税証と引き換えに購入すると軽油引取税（1リットルあたり32・1円）が免除されます。交付を希望される方は、申請してください。

※国税または地方税の滞納処分を受け、その処分の日から2年を経過しない方などは免税証を交付できません。

軽油引取税が平成21年4月1日に目的税から普通税に変わったことにより、この免税制度は平成24年3月31日で終了します。

期 3月1日(火)～4日(金)

午前9時～午後4時

●窓口 地域振興局(県税部)

●持ち物

- 昨年に引き続き申請する方
- 免税軽油使用者証(機械を買い替えた場合は、機械の所有証明が必要です)
- 耕作面積証明書(農業委員

## 掲示板&伝言板

● 会が証明するもの

● 印かん(共同で申請する場合、全員分が必要です)

● 今年初めて申請する方

● 機械の所有証明(販売店からの販売証明など)

● 耕作面積証明書(農業委員

● 会が証明するもの)

● 印かん(共同で申請する場合、全員分が必要です)

● 免税軽油使用者証の交付申請(新規交付申請、更新交付申請、亡失などによる再交付申請)を行う場合は、手数料が必要です。

● 手数料の金額 450円

● 手数料納付の方法 新潟県収入証紙により納付してください。

● 収入証紙により納付してください。

## 心豊かな子育て教室

青少年育成センター

☎ 773-6611

ikusei@ap.wakwak.com

寒い冬こそ元気に出かけよう。みんなで遊ぶと楽しいよ！

日 2月8日(火)

第4回「親子サロン」

午前10時～11時30分

受付開始、午前9時30分

会 サンライズ南魚沼

内 おもいっきり遊ぼう！

パート2

対 0～3歳の乳幼児とその保護者

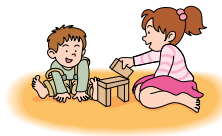
※おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。

※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。

※動きやすい服装でおこしください。

※申し込みは不要です。直接会場におこしください。

☆教室をお手伝いしてくださるボランティアアさんも募集中です。



## 市の消費生活相談窓口

申・窓 消費生活相談窓口

(南魚沼ふれ愛)

支援センター内)

☎ 772-2541

この窓口では、多重債務も含め、皆さんの相談をお受けしています。身近な相談相手として気軽にご利用ください。

●弁護士による南魚沼市

『消費生活』無料法律相談

マルチ商法や資格商法、多重債務などお金にまつわる消費者トラブルでお悩みの方に

弁護士による無料法律相談を

毎月行っています。相談時間は1件約30分。ご希望の方は、電話での予約をお願いします。皆さんが相談時間を有効に使えるよう、予約時に相談の概要を相談員が伺います。

日 2月24日(木)

午後1時30分～4時

会 銭淵公園脇「南魚沼ふれ愛支援センター」(サンライズ南魚沼) 相談室

## 県の消費生活相談会

申・窓 消費生活相談窓口

(南魚沼ふれ愛)

支援センター内)

☎ 772-2541

新潟県消費者行政課と新潟県弁護士会との共催で、消費生活に関する無料法律相談会を開催いたします。

心配なこと、困ったこと、一人で悩まず弁護士に相談してみませんか。きっと活路が見いだせます。

相談は予約制です。窓口には、電話での予約をお願いします。

日 2月15日(火)

午後1時30分～

4時30分

会 市民会館(講座室2)

## 庄之又川上流治山工事 (山腹崩壊防止工事) 竣工

中越森林管理署

治山課

☎ 772-2143

中越大震災以来、降雨の度に山腹崩壊の土砂流出により、庄之又川に濁水が流れていました。

このたび、庄之又川上流の三之沢上部(通称…小屏風)の、中越森林管理署発注による山腹崩壊防止と谷止めの治山工事が竣工しました。この工事で、降雨による山腹崩壊からの濁流が少なくなりました。工事に当たってご協力いただいた地権者、地域の皆さまに感謝申し上げます。



一辺1.5mの法枠吹付工で土留めをしました





# 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

図書館はみなさんの本棚です。一人ひとりが自分の本棚として気軽に活用していただきたいと願う土日・祝日はすべて開館してご利用をお待ちしています。グルッと一回りしてみてください。「必ず見つかるあなたの一冊」 そうだ、図書館に行ってみよう！

## 2月の開館時間

南魚沼市図書館：9:00～17:00（※金曜のみ9:00～19:00） 大和図書室：平日9:00～19:00  
／土日祝日9:00～17:00 塩沢図書室：火水木金9:00～20:00 /月・土日祝日：9:00～17:00

## 年に一度の蔵書点検

蔵書点検のため、図書館を休館します。

### ★大和図書室

2月14日(月)～18日(金)

### ★南魚沼市図書館

2月20日(日)～27日(日)

### ★塩沢図書室

3月1日(火)～4日(金)

休館日はずらしてあります。ご協力をお願いします。

### ※蔵書点検ってなあに？

蔵書点検は、年一回南魚沼市図書館が所蔵している約10万点、全ての資料の所在を確認する、図書館にとってたいへん重要な仕事のひとつです。あわせて配架の乱れを直し、行方不明の資料を探索し、蔵書構成の見直しなどを行います。

職員一丸となって作業に当たりますが、たいへんな労力と時間がかかり長期間休館しなければなりません。

利用者の皆さまにはたいへんご迷惑をお掛けしますが、ご理解をお願いします。

## 2月の「読書のふし」

テーマは『むかしばなし』

### 日時

2月19日(土)  
午後2時～3時30分

### 会場

南魚沼市図書館

●テーマ 『むかしばなし』  
●内容 大型絵話「三まいのおふだ」、新しい本の紹介・読み聞かせ  
●対象 幼児・小学生・保護者  
●定員 50人  
●締切り 2月18日(金)  
●申込み 南魚沼市図書館

## 六日町高校演劇部のオリジナル劇楽しかったあ！

「クリスマス読書のついで」  
「口感想集」



初めて六高生の演劇を見ました。同年代の子を持つ親としてがんばっている姿にも感激し涙が出てしまいました。ありがとうございます！また参加したいです。

◆六高生のオリジナル劇とても良かったです。子ども達も引き込まれて、しっかりリズムを取

りながら歌っていました。サンタブーツもすぐ作れるように工夫してあって、1歳児でもできました！親子で楽しませていただきました。

◆六日町高校演劇部の皆さんのお芝居に子どもは釘付け、初めて今まで見る本物の劇に衝撃を受けたようです。ブーツ作りは親が童心に帰り夢中になってしまいました。子どもと一緒に夢中になって幸せでした。

◆初めての参加、子どもと観劇・工作と楽しい時間を過ごしました。今まで以上に図書館に足を運びたくくなりました。

◆クリスマスの本をいろいろとたくさん紹介してもらったので今度借りたいと思います。

◆サントクロースからもらったプレゼントで工作。自分の好きなように作っている子どもの意外な面も見ることができ、うれしかったです。

◆六高の劇を見ました。ごくろうさまでした。一生懸命に練習したことと思います。

◆劇楽しかったです。学生さんが笑顔で演じていたのがとても印象的でした。

◆きょうはとしゃやかにきて、このあつまりにもこられて、ラッキーないちにちになりました。



## 「絵本のへや」に「サンタさんおめでとう」

12月22日(水)、読み聞かせ「絵本のへや」でクリスマス会を開きました。お部屋はお友だちでいっぱいになりました。



## 巡回図書(隔月100冊)

1月20日、大和図書室の巡回図書入れ替えました。(次回、塩沢図書室は2月17日、入れ替え予定)

## 乳幼児親子 おはなしの会 「えほんであそぼう」

おひなさまをつくろう！  
日時 2月25日(金)  
午前10時～11時30分

会場 大和公民館  
内容 まんまるちゃん、絵本、パネルシアター、手遊び、歌など  
対象 0～3歳児と保護者

参加費 無料(予約不要)  
問合せ 大和公民館  
☎777-14671

## 2月の休館日

南魚沼市図書館：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、17日「図書整理日」、20～27日「蔵書点検」  
大和図書室：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、14日～18日「蔵書点検」 塩沢図書室：なし

## トミオカホワイト美術館 開館 10:00～17:00

2月の休館日【毎週水曜日】

☎775-3646 <http://www.mynet.ne.jp/white>  
入館料：一般600円／小中高300円

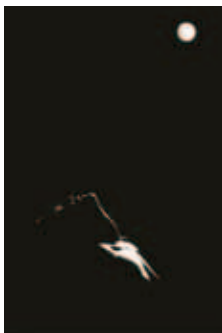
### 第三部 故郷の四季・季節のうつろい

- 期間 3月7日(月)まで  
富岡が描いた新潟県の風景を中心に展示します。
- 展示作品 信濃川・卯の木、魚沼丘陵、銀山湖など

### 第11回 白の世界写真コンテスト 入賞作品展示

全国から応募されたモノクロ、モノトーンの素晴らしい作品を展示します。

- 展示期間 2月10日(木)～3月7日(月)
- 審査員 平賀治雄  
(JPS日本写真家協会会員)



★詳細は美術館にお問い合わせください。 昨年度美術館大賞「月光」関根正明

## 池田記念美術館 開館 9:00～17:00 (入館は16:30まで)

2月の休館日【毎週水曜日と24日(木)】

☎780-4080 <http://www.ikedart.jp>  
入館料：大人500円／高校生以下無料

### 「縁起ものはじめ」池田記念美術館 所蔵品展

- 期間 2月22日(火)まで  
今年の縁起は美術館から。富士山・恵比寿さま・大黒さま・吉祥語句など、おめでたいものや縁起のいい美術品を集めた展覧会です。平櫛田中や、芹澤銈介などの巨匠から、現代作家までを幅広く展示。(同時開催「所蔵品展 釣と自然」)

### 駒形悦子 陶芸教室

- 日時 2月20日(日) 14:00～ ●参加費 3,500円  
湯呑みとぐい飲みをセットを作ります。作品は焼成後、約1か月でお渡しできます(送料別)。詳細はウェブサイトをご覧ください。
- 参加ご希望の方は美術館にご連絡ください。

【常設展】スポーツカード展示室

### 『ドスコイ!国技相撲は生きている』

- 期間 3月27日(日)まで  
2011年までに制作された2,833枚の大相撲カードを全て展示します。国技相撲の息遣いをカードと相撲錦絵、外国人画家の絵画で紹介。力士が履く雪駄と実物大の手形に触れる体験コーナーもあります。(会場の都合により期間を変更しました)

## 棟方志功アートステーション

開館 9:00～17:00 (入館は16:30まで) 【2月の休館日】なし

☎772-7171 <http://www.m-uonuma.jp/m-artstation/>

### 第4期リクエスト展示

- 毎年恒例のアンケート結果から人気作品を展示します。
- 期間 3月21日(月)祝日まで

## 南魚沼市民会館 受付 8:30～17:15

2月の休館日【毎週月曜日(祝日の場合は翌日)】

☎773-5500 <http://www.6bun.jp> [info@6bun.jp](mailto:info@6bun.jp)  
FAX 772-8161 0120-150-142

大ホールと多目的ホール、3月4日まで休館中

舞台と音響の改修工事のため

無断駐車・夜間駐車はご遠慮ください

降雪状況により駐車場の除雪作業を行います。

### 平成22年度優秀映画鑑賞推進事業

～名作喜劇の世界～

日本映画の量産期に登場した監督達が、喜劇映画の中で新たな挑戦を試みた秀作を紹介します。

- 日時・内容 (作品の間に休憩時間があります)
- 3月5日(土) 10:30～16:13  
「吹けば飛ぶよな男だが」、「おかしな奴」、「あゝ軍歌」の3本を上映します。
- 3月6日(日) 10:30～16:16  
「喜劇・大安旅行」、「吹けば飛ぶよな男だが」、「おかしな奴」の3本を上映します。
- ※ 両日、作品ごとの間に休憩があります。
- 会場 市民会館(多目的ホール)
- 料金 2日間通し券/全席自由1,000円  
(前売券なし、当日券のみ市民会館にて販売します)

### 第9回 リコーダーコンサート

- 日時 3月6日(日) 14:00(開場13:30)
- 会場 市民会館(大ホール)
- 料金 入場無料  
気軽にお越しください。



今泉博物館・鈴木牧之記念館、  
2月2日から開館します

【問合せ】今泉博物館 ☎783-4500

# 第5回 南魚沼ジュニアスキー大会 出場者募集中

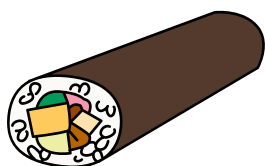
- **日時** 3月12日(土)
- **会場** 八海山麓スキー場
- **種目** 大回転競技(2本)
- **出場資格** 市内小・中学校在籍者
- **参加費** 1人 1,000円
- **締切り** 2月25日(金)
- **組別** ①小学3・4年生の部 ②小学5年生の部  
③小学6年生の部 ④中学生の部  
※各男女別(全8組)  
※各組3位までトロフィー、6位まで賞状・賞品を授与します。  
(参加人数により変更する場合があります)
- **申込み** 社会教育課 生涯スポーツ係(市民会館内) / 大和公民館 / 塩沢公民館
- **問合せ** 社会教育課 生涯スポーツ係 ☎773-6630



## みんなの料理教室(市民セミナー) ～失敗しない豪華な太巻き寿司～

大好評! 多数のリクエストにお応えして、太巻き寿司を作ります。ひなまつりのごちそうには最適です。男性の方、大歓迎。参加をお待ちしています。

- **日時** 2月22日(火)・24日(木)・27日(日)  
10:00～12:00(10分前に集合)
- **会場** 塩沢公民館 調理実習室
- **講師** 木村多美子さん
- **献立** 太巻き寿司・ぞくぞくする豆味噌
- **対象** 市内在住または在勤の方
- **参加費** 700円(当日集金)
- **持ち物** エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、料理持ち帰り用容器・米2合、巻きす(海苔1枚分の大きさ)
- **定員** 22日(火): 19人  
24日(木): 19人  
27日(日): 24人  
(いずれも先着順)



【申込み・問合せ】 中央公民館 ☎773-6610

## ベビーヨガ体験講座(市民セミナー) ～お母さんと子どものボディセンスを高めます～

母子のスキンシップを深めます。この機会にちょっと出かけて体験してみませんか。

- **日時** 3月7日(月) 10:00～11:00  
3月10日(木) 10:00～11:00  
(10分前にお集まりください)
- **会場** 市民会館2階(和室)
- **講師** 近野 彩さん  
(ベビーヨガアソシエイト オフィシャル講師)
- **対象** 市内在住の3か月から1歳くらいまでのお子さんとその母親
- **参加費** 300円(当日集金)
- **持ち物** バスタオル
- **定員** 両日とも  
10組
- **その他** 動きやすい服装でおいでください。



【申込み・問合せ】 中央公民館 ☎773-6610

## トレーニングルーム マシン使用法講習会

運動を始めるきっかけをつくっていませんか? この機会に是非どうぞ! ランニングマシン・エアロバイク・油圧式筋力アップマシンの使い方の講習会です。運動着、室内用シューズ、タオルをご用意ください。

- **日時** 2月20日(日) 12:00～13:30
- **定員** 10人(予約をお願いします)
- **受講料** スポパラ会員無料(非会員200円) ※施設利用料300円が別途必要です。定期券の利用もできます。
- **会場** ディスポート南魚沼(トレーニングルーム)
- **対象** 中学生以上
- **申込み・問合せ** 南魚スポーツパラダイス(ディスポート南魚沼) ☎773-6620

さあ行ってみよう！  
筋力づくり教室！

【問合せ】 保健課

☎777-3850

現在、市内93会場で定期的に行われている「筋力づくり教室」参加者からは、階段が楽に降りられる、足腰の痛みが楽になった、トイレにしゃがめる、尿失禁がなおったと大好評です。県下1位の長寿市である南魚沼市。生涯現役・元気で長生きするために、「筋力づくり教室」を開催し、「いつでも・どこでも・誰でもできる筋力づくり」のための「レインボー健康体操」を行なっています。

高齢者が介護を受ける原因の多くは「筋肉や骨の疾患」です。介護を受けるほどでなくても、筋力の低下によって膝痛・腰痛が起きます。普段の生活に必要な筋力を維持するために「レインボー健康体操」が効果絶大。この体操は、椅子に座ったまま筋力を鍛えることができ、関節に負担が少なく、高齢者にとっても無理なくできる運動です。衰えた筋力も、適切な運動により回復します。さあ今すぐ、お近くの「筋力づくり教室」へ。お待ちしております！

平成22年度 筋力づくり教室開催予定表 ※定例曜日の見方（例：「2・4火」→「毎月第2、第4火曜日」）

大和	会 場	定例曜日	開始
1	雷土集落センター	4木	14:00
2	雷土新田集落センター	2木	14:00
3	芋赤集落センター	2水	9:30
4	高田公民館	2金	9:30
5	山崎集落センター	3金	9:30
6	山崎新田集落センター	1金	13:30
7	開発センター（茗荷沢）	2・4火	10:00
8	荒金集落センター	1金	10:00
9	桐沢集落センター	3月	10:00
10	黒土集落センター	1・3水	9:30
11	旧五箇保育園	1・3木	10:00
12	新町集会所	2・4木	10:00
13	雪国おくにじまん会館	2・4木	14:00
14	働く婦人の家	1・3木	14:00
15	働く婦人の家（男性）	2・4木	14:00
16	天王町集落開発センター	2・4木	10:00
17	鰻島集落開発センター	1・3月	13:30
18	穴地新田ふれあいセンター	2・4木	13:30
19	穴地集落センター	2・4金	13:30
20	大崎農業会館	1・3水	13:30
21	柳古新田集落センター	1・3木	13:30
22	海士ヶ島集落センター	1・3金	13:30
23	今町新田集落センター	2・4金	13:30
24	水尾集落センター	2・4水	13:30
25	辻又公民館	1月	13:30
26	まほろば	1・3金	10:00
27	担い手センター	2・4金	10:00
28	九日町集落センター	2・4月	10:00
29	猫道集落センター	2・4火	13:30
30	今町集落センター	1・3月	10:00

【持ち物】 水・お茶などの水分、タオル、教室会費 1回50円（初回のみ傷害保険料として、月1回教室は150円、月2回教室は300円）

塩沢	会 場	定例曜日	開始
1	上神字公民館	2木	13:30
2	早川公民館	3木	10:00
3	金清坊ふれあいセンター	2・4木	10:00
4	滝谷ふれあいセンター	4水	10:00
5	岩之下集落開発センター	2火	10:00
		4火	13:30
6	栃窪集落開発センター	2火	13:30
		4火	10:00
7	思川集落開発センター	2・4火	10:00
8	島新田集落センター	2・4水	10:00
9	吉里集落センター	2・4金	10:00
10	六分区コミュニティセンター	2・4月	10:00
11	五分区ふれあいセンター	1・3金	13:30
12	両竹集落センター	1・3木	13:30
13	片田ふれあいセンター	1・3火	10:00
14	上十日町公民館	最終の火	10:00
15	塩沢保健センター	1・3水	10:00
16	共楽舎（中）	1・3水	10:00
17	大木六公民館	2・4月	10:00
18	中子公民館	2水	10:00
19	坪池集落開発センター	1金	10:00
20	八竜公民館	3木	10:00
21	砂押集落センター	1月	13:30
22	大沢ふれあい館	2・4水	10:00
23	君沢公民館	1・3水	10:00
24	上一日市公民館	1・3金	10:00
25	宮野下公民館	1水	13:30
26	関公民館	2・4火	10:00

六日町	会 場	定例曜日	開始
1	城内地域開発センター	1・3月	9:30
2	泉集落センター	2・4月	9:30
3	新堀集落センター	2・4木	9:30
4	麓ふれあいセンター	1・3木	9:30
5	田崎集落センター	2・4水	9:30
6	長森集落センター	1・3水	9:30
7	五十沢地域開発センター	2・4水	9:30
8	原ふれあいセンター	1・3火	9:30
9	小川集落センター	2・4火	9:30
10	二日町集落センター	1・3水	9:30
11	畔地集会所	1・3木	9:30
12	津久野集会所	2木	9:30
13	永松集落センター	2木	9:30
14	大巻地域開発センター	2・4水	13:30
15	四十日集落センター	2・4金	13:30
16	青木集落センター	3水	13:30
17	野田集落センター	2・4火	10:00
18	君帰集落開発センター	2・4木	10:00
19	川窪集落センター	1・3木	10:00

六日町	会 場	定例曜日	開始
20	欠之上多目的集会所	2・4木	9:30
21	欠之上多目的集会所（男性）	2・4木	13:30
22	余川公民館	2・4火	9:30
23	余川公民館（ゆったり）	1~4火	13:30
24	小栗山公民館	3・4金	14:00
25	学校町公民館	1・3火	10:00
26	学校町公民館（シニア）	1・3水	10:00
27	北辰ふれあいセンター	2・4月	10:00
28	美佐島ふれあいセンター	2・4金	10:00
29	田中町会館	1・3月	14:00
30	こころの杜	1・3木	14:00
31	こころの杜（ゆったり）	2・4木	14:00
32	緑町会館	2・4水	14:00
33	上大月公民館	2水	14:00
34	下大月公民館	4水	14:00
35	西泉田公民館	1・3火	14:00
36	東泉田集落センター	2・4月	14:00
37	坂戸公民館	2・4火	14:00

健康ひろば

## 減塩の取り組みへの協力 ありがとうございました

今年度、市では、地域で活動をしている食生活改善推進員が、健康推進員の協力のもと、新潟県減塩ルネッサンス運動や南魚沼市健康まちづくり食育推進計画を受けて、減塩運動に取り組んできました。

11月11日には、市の事業と共催で、「いきいき健康づくり講演会」を実施し、第2部で減塩講演会を取り入れました。

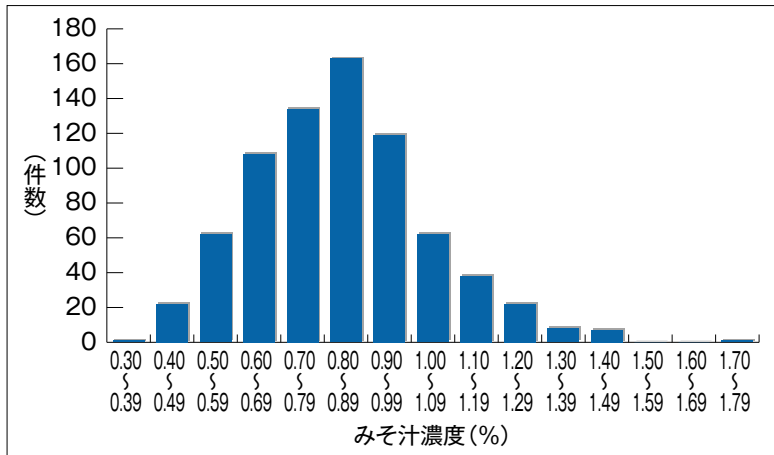
地域では、みそ汁の塩分測定会を中心に、塩分アンケート、減塩料理の実習や試食、血圧の自己測定などを実施し、11月末の塩分測定は756件測定、塩分アンケートは685人の皆さまに協力して頂きました。集計結果は以下の通りです。

### 全編笑いの渦！ いきいき健康づくり講演会

参加総数232人、ほぼ満員でした。ケーシーズによる健康トークショーと佐藤万成先生の減塩講演会で、楽しく健康について考えた、あっという間の2時間でした。寒い季節に会場に足を運んでくださった皆さま、ありがとうございました。

### みそ汁の塩分測定結果

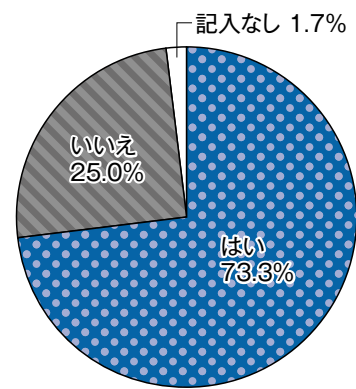
全測定値の平均は0.83%でした。  
(みそ汁1杯150ccで1.25グラムの塩分摂取)



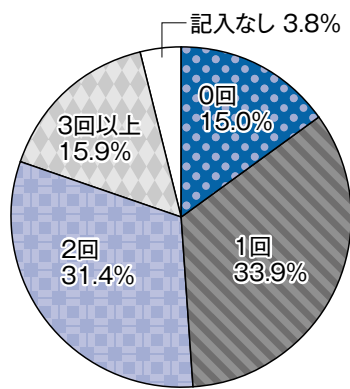
### 塩分アンケート結果 (抜粋)

- ① 約7割強の方が塩分を控えていると答えています。
- ② 約5割の方が漬物を1日2回以上食べています。
- ③ 1割弱の方がみそ汁を飲まない反面、約3割の方がみそ汁を1日2杯以上飲んでいきます。

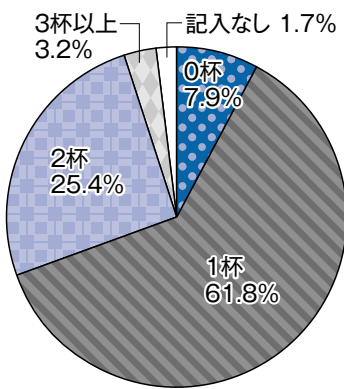
### ① 塩分を控えるように心がけていますか？



### ② 漬物を1日に何回食べますか？



### ③ みそ汁を1日に何杯飲みますか？



### みそ汁の塩分濃度は 0.7%を目安にしましょう

市内全体の集計を元に、減塩運動推進会議で、市のみそ汁塩分濃度の目安は0.7%に決めました。お椀1杯飲むと、約1グラムの塩分を摂取する計算です。合わせてみそ汁は1日1杯に。こうすることが1日の塩分摂取量を、今年度から国が示した男9.0グラム未満、女7.5グラム未満に近づける第1歩です。

アンケートでは、約7割強の方が塩分を控えていると回答しており、減塩の大切さを理解していると思われます。その一方で、約5割の方が1日に2回以上漬物をとると回答しています。汁ものを薄くし、量を減らしても漬物を食べすぎでは減塩の成果ができません。漬物は回数を減らし、取り分けて少量とする工夫が大切です。

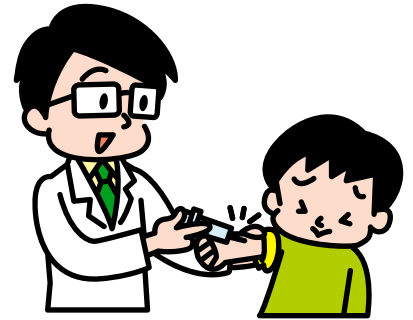
みそ汁の杯数は約3割の方が2杯以上と回答している反面、約1割がみそ汁を飲まないと答えています。みそは日本の伝統的調味料で大豆を使った発酵食品です。具沢山にすれば野菜不足の解消にも役かいます。上手に摂取したいものです。

来年度は、今年の調査結果を踏まえて、地域で減塩活動を実施していきます。

# Hib・小児用肺炎球菌予防接種費用の 払い戻し（償還払い）始めました

1月15日から、Hib（ヒブ）・小児用肺炎球菌の予防接種を公費負担で接種することが可能となりました。それに伴い、平成22年4月から平成23年1月14日までにHibワクチンと小児用肺炎球菌の予防接種をされた方も、接種費用は、公費負担の対象です。払い戻しの申請を受け付けます。手続きをお願いします。

- **対象** 0～4歳（接種日が5歳の誕生日前日まで）
- **必要書類**
  - 母子手帳（接種の記入がされているもの、接種済証でも可）
  - 領収書（払い込み証明書など）
  - 通帳など（金融機関の支店名と口座番号が分かるもの）
  - 印かん
- **窓口**
  - ・大和庁舎 保健課
  - ・本庁舎 六日町支援係
  - ・塩沢庁舎 塩沢支援係



- **締切り** 3月31日(木)
- **同時接種中止** 市では、安全性の観点から同時接種は中止しました。
- **持ち物変更** 予防接種には乳幼児医療費受給者証もお持ちください。  
市報1月15日号（11ページ）の「Hib・小児用肺炎球菌ワクチン予防接種…」の持ち物を変更します。母子手帳と乳幼児医療費受給者証の両方を持って医療機関に行ってください。

【申込み・問合せ】 保健課 ☎777-3850

## ～南魚沼市健康推進員研修会～ 参加者募集中

今年度最後の研修会です。今回は、新しく23年度の健康推進員に選出された方や一般市民の皆さんにも公開します。健康推進員の活動を聞いてみませんか。参加希望の方は保健課に連絡してください。

- **対象** 南魚沼市健康推進員
- **日時** 2月17日(木) 13:30～15:45
- **会場** ゆきぐに大和病院 健友館 多目的ホール（2階）
- **内容** 地区活動発表会「私たちの健康づくり活動を伝えよう」
- **講師** 石橋クリニック 石橋幸滋院長

【問合せ】 保健課 ☎777-3850



健康  
ひろ  
ば

## みなさまのご協力をお願いします

【**+** 献血】 【問合せ】  
保健課 ☎777-3850

次回の献血バスは、3月13日(日) ジャスコ六日町店の予定です。

献血ルーム千秋をご利用ください。  
受付時間と所在地は市報1月15日号（4ページ）をご覧ください。皆さまのご協力をお願いします。



## 女性の健康相談会

女性の医師が個別に相談に応じます。思春期から更年期の心とからだの相談、妊娠や避妊、不妊に関すること、婦人科の病気などの悩みを相談してみませんか。

- **日時** 2月22日(火) 14:30～16:00
- **会場** 南魚沼保健所
- **担当医** たかき医院 高木成子先生(産婦人科医師)
- **締切り** 2月14日(月)

※予約制です。事前に電話予約をお願いします。

- **その他** 相談は無料で秘密は固く守られます。

【申込み・問合せ】 地域振興局 地域保健課

☎772-8137

# 第27回 しおざわ雪譜まつり

2月19日(土) (毎年2月の第3土曜日)

～「北越雪譜」の著者「鈴木牧之」を顕彰し雪国文化を継承する祭りです～

**水行会場** 12:00 南魚沼市清水「火生の滝」  
(国道291号線を行き止まりまで行き、左に徒歩3分)

**地歌舞伎公演** 14:00 (開演) 塩沢勤労者体育センター

**書道展** 2月19日～3月3日、塩沢公民館で開催

## ふれあい広場 (主会場) 周辺

- 14:00 箏の演奏 (塩沢信組本店) ～17:00まで随時演奏 テーマ『春』  
織物展示会 (鈴木牧之記念館: 入場無料)
- 15:00 子ども餅まき
- 17:00 百八燈大護摩
- 17:30 ロウソク点火
- 19:00 雪のステージイベント
- 20:35 子ども餅まき
- 20:45 餅まき
- 21:00 終了予定 (行事内容に一部変更の場合があります)

**ウェブサイト** 塩沢商工会  
URL <http://shiozawasho.jp/>

**ひな雪見かざり** 2月19日(土)～4月3日(日)  
三国街道塩沢宿(牧之通り周辺)  
の約60軒で公開します。

**俳句会** 2月20日(日) 9:00～ はなや

**【問合せ】** 塩沢商工会 ☎782-1206



# 2月のカレンダー

日にち	予定行事名など	時間・会場など
2月 8日(火)	第4回親子サロン(P8)	10:00～11:30 サンライズ南魚沼
12日(土)	南魚沼市雪まつり (13日まで)	六日町小学校となり
15日(火)	県の消費生活相談会 (P8)	13:30～16:30 市民会館
19日(土)	読書のつどい(P9)	14:00～15:30 南魚沼市図書館
20日(日)	第52回レルヒカップ・ 長岡將軍杯争奪 大回転競技大会	9:30～ シャトー塩沢スキー場
25日(金)	「えほんであそぼ」(P9)	10:00～11:30 大和公民館

## ほのぼの広場

「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。

【問合せ】 子育て支援センター ☎777-3113

●時間 9:30～15:30

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

★大和会場：大和庁舎 3F

毎週 月・火・木曜日

- 2月8日(火)・22日(火) 9:30～11:30  
「広い所で遊ぼう」会場：うるおいの里みよう
- 2月17日(木) 10:30～  
支援講座 内容：「おひな様作り」 保育士

★六日町会場：ふれ愛支援センター2F

毎週 月～金曜日

- 2月21日(月) 10:30～  
支援講座 内容：「おひな様作り」 保育士

★塩沢会場：塩沢庁舎 北棟2F

毎週 火・水・金曜日

- 2月16日(水) 10:30～  
支援講座 内容：「おひな様作り」 保育士

※どの会場にも参加できます。※申し込みは不要です。  
※保険料として1人10円が必要です。

行政 困りごと 相談日	日時	場所
2月14日(月)	13:30～16:00	働く婦人の家(浦佐)
2月23日(水)	14:00～16:00	本庁舎
3月 4日(金)	13:00～16:00	塩沢老人福祉センター

【問合せ】 総務課 防災庶務班 ☎773-6660

総務省の「2009年通信利用動向調査」によれば、インターネット利用者は、940.8万人、人口普及率で、78%に上るといわれています。情報伝達手段の多様化は、紙媒体による活字離れが一層進みます▼市の事業で、光ファイバーケーブルを市内に敷設しています。3月末までには、市内全域で光通信によるインターネットが利用可能になります。ADSLによる通信は、局舎からの距離による通信速度の減衰が著しく、周辺地域では、快適にインターネットが利用できませんでした。光通信は、距離を問いません▼市のウェブサイトを刷新いたします。3月には新しい画面でご覧いただけると思います。職員に、視覚障がい者の方を講師にして、高齢者や障がい者を利用してしやすいウェブサイト作成の研修会を開きました。その中で、視覚障がい者の点字識字率が27%であることを知り、音声による読み上げの大切さを痛感しました。また、高齢者の利用を考慮して、文字サイズの拡大も可能にしました▼外国人のために英語、中国語、韓国語に翻訳する機能も備えています。市政情報を、「いつでも、どこでも、だれにでも」確実に伝えるための、バリアフリー的な情報発信を目指します。(一)

ご意見・ご要望をお寄せください。南魚沼市 意見 | 検索 | [ikouhou@city.minamiuonuma.lg.jp](mailto:ikouhou@city.minamiuonuma.lg.jp)

# 救急医療当番

2月5日 → 20日

(ウェブサイト版 南魚沼市 救急医療 | 検索 |)

【問合せ】 医療対策室 ☎773-6706

日	科	時間	会場	電話
2/5 (土)	内科	12:00～18:00	中澤医院	773-3211
	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	外科	12:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
6 (日)	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
11 (金) 祝日	内科	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
	内科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
	内科	12:00～18:00	坂内医院	776-2015
12 (土)	内科	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
	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	内科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
13 (日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
	内科	12:00～18:00	湯沢病院	780-6543
	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
19 (土)	外科	12:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
20 (日)	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	外科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	内科	18:00～翌朝6:00	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12:00～翌朝6:00  
00と日曜・祝日の6:00～翌朝6:00は、齋藤記念病院 ☎773-5111で診療しています。南魚沼市携帯サイト

★消防本部のテレホンガイド  
☎782-1991で、週の当番を確認することができます。(変更する場合があります。確認してからご利用ください。)  
※携帯サイトの救急医療当番はこちらから▶

編集後記

総務省の「2009年通信利用動向調査」によれば、インターネット利用者は、940.8万人、人口普及率で、78%に上るといわれています。情報伝達手段の多様化は、紙媒体による活字離れが一層進みます▼市の事業で、光ファイバーケーブルを市内に敷設しています。3月末までには、市内全域で光通信によるインターネットが利用可能になります。ADSLによる通信は、局舎からの距離による通信速度の減衰が著しく、周辺地域では、快適にインターネットが利用できませんでした。光通信は、距離を問いません▼市のウェブサイトを刷新いたします。3月には新しい画面でご覧いただけると思います。職員に、視覚障がい者の方を講師にして、高齢者や障がい者を利用してしやすいウェブサイト作成の研修会を開きました。その中で、視覚障がい者の点字識字率が27%であることを知り、音声による読み上げの大切さを痛感しました。また、高齢者の利用を考慮して、文字サイズの拡大も可能にしました▼外国人のために英語、中国語、韓国語に翻訳する機能も備えています。市政情報を、「いつでも、どこでも、だれにでも」確実に伝えるための、バリアフリー的な情報発信を目指します。(一)