



自然・人・産業の和で築く安心のまち **南魚沼市**

雨の中のラスト一周



おもな内容

各課からのお知らせ

- 道路の除雪作業にご協力ください 2
- 上下水道の冬期認定料金/下水道 3
- 市職員の給与・職員数 4~6

一言日記/掲示板&伝言板 7~10

各課からのお知らせ

- 国民健康保険 入る時・やめる時 11
- 国民健康保険 人間ドック申請書 12
- 国保の人間ドック助成の募集開始 13

まなびのひろば 14~19

- 健康ひろば 20
- ニュースプラザ 21

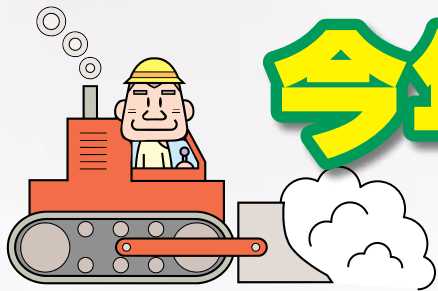
~116人が疾走~

11月6日(日)、五十沢地区の特設コースで、高石杯第46回関東地域自転車道路競走大会が開催されました。(この大会は24年度インターハイのリハーサルを兼ねています)

市民の動き

(平成23年10月末現在)

人口	60,711人	(先月比	21)
男	29,780人	(先月比	21)
女	30,931人	(先月比	0)
世帯数	19,134戸	(先月比	18)



今年も出動します

～道路の除雪作業にご協力ください～

作業時間、朝は7:30、夕方は17:30まで

冬の生活を確保する上で道路の除雪作業は必要不可欠です。除雪車は原則として、10センチメートル（歩道は20センチ）以上の積雪がありその後も降雪が連続される場合に出動し、通勤・通学などに支障のないよう実施します。夜間は、異常降雪時のみ行います。ご協力をお願いします。

機械除雪の注意点

- ① 作業中は、除雪車に近寄らないでください。お子さんにも注意をお願いします。
- ② 除雪路線に、自動車・バイクなどを駐車しないでください。全路線駐車禁止です。
- ③ 作業の支障とならないよう、道路上に張り出ている木は、枝おろしをお願いします。
- ④ 作業後の乗入れ口などの残雪処理は、個人でお願いします。
- ⑤ 除雪路線、消雪パイプ路線の雪庇落とし作業に皆さまの協力をお願いします。危険箇所は、建設課に連絡をお願いします。
- ⑥ 押雪や投雪で支障がでる場所は、竹の棒などに赤い目印を付けてください。（高さ4メートルぐらいあると作業員が見つけやすいです）
- ⑦ 屋根雪や宅地内などの雪は、道路に出さないでください。圧雪でデコボコになり交通の妨げになります。やむを得ず仮置きした場合は、すみやかに撤去してください。
- ⑧ 流雪溝と道路用側溝のグレーチング蓋を開けて投雪した後は、蓋をしっかり閉めてください。転落や破損する恐れがあります。

「目印は、高さ約4メートルで赤い色」



消雪パイプの注意点

- ① ノズル散水量の調整（散水距離20センチメートル程度）を行ってください。
- ② 定期的にパイプ末端のドレイン（泥はき口）を開け、管内のつまりを解消してください。
- ③ 第2融雪制度により、市道・県道・国道は、午後2時～3時と午後4時～5時の各1時間（若干の誤差あり）送電が停止され、消雪パイプは停止します。

【問合せ】

- 市道 市役所 建設課（維持管理班） ☎773-6674
- 県道と国道291号・253号・353号
地域振興局 維持管理課 ☎772-2249
- 国道17号（美佐島交差点が管理境界）
 - ・ 小出側 長岡国道事務所 小出維持出張所
☎025-792-0839
 - ・ 湯沢側 長岡国道事務所 湯沢維持出張所
☎025-784-1177

上下水道の冬期認定料金

〔問合せ〕 水道課 水道業務係 ☎774-3141



問1 上下水道の

冬期認定料金とは?

答1 前年の水量から計算した料金です。冬期(12月～4月)は、

積雪のためメーター検針を行います。前年の使用水量(前年がない場合は直近の水量)をもとに、1か月分を計算し、請求します。(1月～5月) 1月上旬に認定通知書を郵送します。

問2 冬期認定料金の精算は何月?

答2 6月です。5月に検針を再開

し、実際にご使用された水量に対する料金から概算料金を差し引いて、精算させていただきます。5月までに閉栓する場合は、そのときに精算します。精算料金は、冬期精算通知書を郵送します。

問3 認定水量の変更は可能ですか?

答3 可能です。認定水量と実際の

使用水量に大幅な差がある場合や、家族の人数の増減などで使用水量の変動が考えられる場合は、自分で認定水量を設定していただくことが可能です。ご希望の方は水道課にご連絡ください。

問4 実際の使用水量で料金を支払うことは可能ですか?

答4 可能です。実際の使用水量で

の料金の請求を希望される方は、自分で検針し水道課に報告する自主

検針が必要です。自主検針の方法はお問い合わせください。

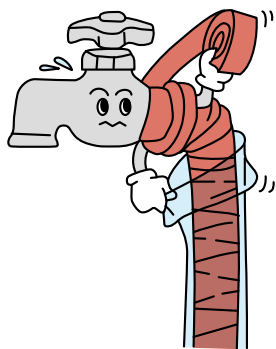
● 水道にも冬支度を

凍結による管の破損や漏水などが春先まで分ならず、5月の検針で多額の請求になるケースが毎年、多発しています。水道の冬支度について、確認をお願いします。

倉庫や作業所、あるいは地区の集会所など日常的な利用が少ない施設や、屋外に設置した給湯器など目の届きにくくなるもの、長期間留守にする場合などは、特に注意と予防が必要です。

〔凍結の防止方法〕

・蛇口や水道管に保温材を巻きつけて保温しましょう。



・凍結しやすい箇所には、市販の電気式凍結防止ヒーターなども活用しましょう。

・使用しない場所は、水抜栓などを利用し水道管の水を抜きましょう。
※漏水予防のために長期間使用しないときは、休止の届出をお勧めします。

下水道も冬支度

〔問合せ〕 下水道課

☎774-2740

汚水升のフタが割れていませんか。敷地内の排水設備などに破損が無いか確認してください。各ご家庭で設置されている排水設備が破損していると、その場所から融雪用の水が下水道に流れ込み、下水処理場に大きなダメージを与え、機能を著しく低下させます。雪が降ると破損箇所を見つけることが困難で、復旧に多大の労力と時間を浪費します。降雪前に排水設備の点検をお願いします。



破損した汚水升のフタ

市職員の給与・職員数～人事行政の運営などの状況～

1 人件費(平成22年度普通会計決算)

【問合せ】 総務課 人事係 ☎773-6660

平成23年4月1日現在

人口(住民基本台帳 23年3月末)	歳出額A	実質収支 (歳入-歳出)	人件費B	人件費率 B/A	(参考) 21年度の人件費率
60,885人	33,878,098千円	397,506千円	5,657,348千円	16.70%	18.60%

(注) 人件費には、給料、職員手当、退職手当負担金と共済費、特別職に支給される給料、報酬費などが含まれていますが、子ども手当は含まれません

2 職員給与費

(1) 平成22年度普通会計決算

職員数A	給与費				一人当たり 給与費 B/A	退職手当 負担金 C	共済費 D	一人当たり 人件費 (B+C+D)/A
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計B				
681人	2,604,468千円	400,081千円	924,504千円	3,929,053千円	5,770千円	552,527千円	862,943千円	7,848千円

(2) 平成22年度決算(普通会計、病院会計、水道会計、下水道会計、その他の公営企業等会計の合算)

職員数A	給与費				一人当たり 給与費 B/A	退職手当 負担金 C	共済費 D	一人当たり 人件費 (B+C+D)/A
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計B				
992人	3,809,086千円	698,961千円	1,345,573千円	5,853,620千円	5,901千円	812,080千円	1,258,914千円	7,989千円

(注) 市長、副市長、教育長、企業管理者は含まれていません

3 職員の平均年齢、平均給料月額

一般行政職		技能職		消防職	
年齢	給料月額	年齢	給料月額	年齢	給料月額
44.8歳	328,897円	46.8歳	294,620円	37.8歳	297,733円

(注) 平均給料月額とは、基本給の平均で諸手当を含まない額です

4 職員の初任給

区分	一般行政職	技能職	消防職
高校卒	140,100円	137,200円	158,100円

5 ラスパイレス指数の状況(各年4月1日現在)

	南魚沼市	類似団体	全国市平均
17年	92.1	97.0	97.6
22年	93.6	97.7	98.8

(注) 1. ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の地方公務員の給与水準を示す指数のことです

2. 類似団体とは、人口規模、産業構造が類似している団体の指数を単純平均したものです

6 一般行政職の級別職員数

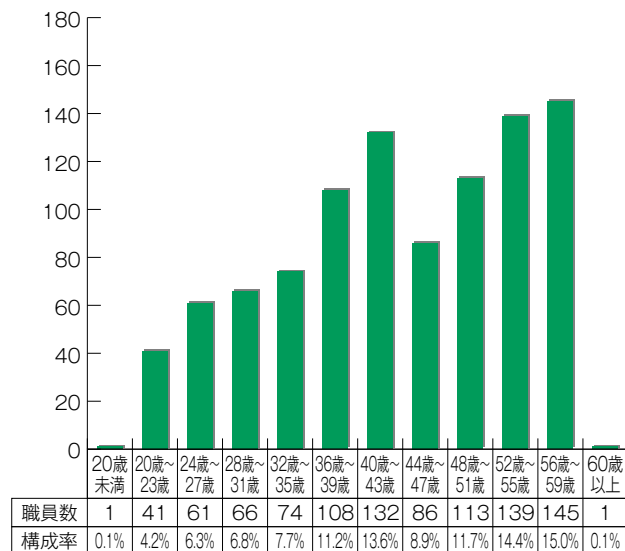
区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
6級	部長、次長、課長	14人	4.3%
5級	次長、課長、参事	27人	8.3%
4級	課長補佐、副参事	112人	34.6%
3級	係長、主任	121人	37.3%
2級	主事、技師	22人	6.8%
1級	主事、技師	28人	8.7%
計		324人	100%

(注) 標準的な職務内容とは、各級の代表的な職務です。

7 職員の任免の状況(平成22年度)

区分	4月1日採用	4月2日～ 3月31日採用	退職
人数	46人	6人	63人

8 職員数の年齢別グラフ



(注) 職員数は、教育長を除いた一般職に属する職員数です

9 部門別職員数の状況(4月1日で比較)

区分	職員数		対前年比			主な増員理由	主な減員理由	
	22年度	23年度	増	減	差引			
普通会計部門	議会	4	4					
	総務・企画	98	96		2	△2	民間委託、育休職員の復職による異動	
	税務	28	28					
	民生	222	216	11	17	△6	業務分担見直し	
	衛生	52	48	1	5	△4	環境関連業務増	
	労働	2	2					
	農林水産	29	29					
	商工	14	13		1	△1	事務の統廃合縮小	
	土木	32	32					
	小計	481	468	12	25	△13		
	教育部門	96	94	4	6	△2	子ども若者支援業務の新設、インターハイなどの対応	民間委託
消防部門	105	105						
計	682	667	16	31	△15			
公営企業などの会計部門	病院	236	229	1	8	△7	医師確保	退職者不補充
	水道	18	18					
	下水道	15	15					
	その他(注2)	40	39		1	△1		派遣終了
	計	309	301	1	9	△8		
合計	991	968	17	40	△23			

(注) 1. 職員数は、教育長を含んだ一般職に属する職員数です

2. その他は、国保健康保険、介護保険、後期高齢者医療の各会計に属する職員が含まれています

10 特別職の報酬など

区分	給料等月額	期末手当		給料(報酬)・期末手当 総支給額(22年度決算)	
給料	市長	843,300円	6月期 12月期 計	1.375月分 1.525月分 2.900月分	40,392,453円
	副市長	644,700円			
	教育長	585,800円			
	水道事業管理者	556,800円			
報酬	議長	399,200円	6月期 12月期 計	1.375月分 1.525月分 2.900月分	122,434,256円
	副議長	349,300円			
	議員	299,400円			

11 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1) 勤務、休憩時間の状況

勤務時間		休憩時間
始業時刻	終業時刻	12:00～
8:30	17:15	13:00

(注) 標準的な勤務時間です

(2) 年次休暇の取得状況

区分	1人当たり平均取得日数	
	21年	22年
年次休暇	11.5日	11.7日

(注) 1. 各年1月1日から12月31日までの取得状況です
2. 非現業の一般職員で市長部局に勤務する職員のうち、交替制勤務者、暦年途中の採用と退職者、育児休業者を除きます

12 職員手当

区分	南魚沼市	国の制度
期末手当 勤勉手当	〈支給割合〉 6 月期 1.225 月分 12 月期 1.375 月分 計 2.60 月分 職制上の段階、職務の等級等による加算措置あり	〈支給割合〉 同じ 勤勉手当 0.675 月分 0.675 月分 1.35 月分 〈減額措置〉 なし
退職手当	〈支給率〉 勤続20年 自己都合 23.50 月分 勤続25年 33.50 月分 勤続35年 47.50 月分 最高限度 59.28 月分 加算措置 定年前早期退職特例措置	勸奨・定年 30.55 月分 41.34 月分 59.28 月分 59.28 月分 同じ
扶養手当 (月額)	<ul style="list-style-type: none"> 配偶者 13,000 円 その他の扶養親族 各 6,500 円 (ただし、配偶者のいない職員の扶養親族のうち1人目は11,000円) 満16歳の年度始めから満22歳の年度末までの間にある子は1人につき5,000円を加算 	同じ
住居手当 (月額)	月額12,000円を超える家賃を払っている職員に対し、負担している額に応じて最高27,000円までを支給	同じ
通勤手当 (月額)	2キロメートル以上から距離に応じて3,000円～24,500円	最高額は同じですが、距離の区分と額に差があります

13 職員の免職・休職と懲戒処分状況(22年度)

区分	休職	懲戒処分	
		戒告	減給
人数	9人	2人	1人

14 職員の研修と勤務成績の評定の状況(平成22年度)

(1) 研修状況

研修名など	件数等	延べ受講者数
自己啓発研修	1	1
各課専門研修	447	2,164
職場内研修	11	294
人事担当課主催	11	300
新潟県自治研修所主催	25	66
新潟県市町村総合事務組合主催	25	40

(2) 勤務成績評定の状況

この評定は、地方公務員法第40条の規定に基づき、職員の能力開発、資質の向上と適材適所の人事配置に必要な人事管理の基礎資料にしています

15 公平委員会の業務の状況(22年度)

(1) 職員の健康管理

職員の健康状態を把握し、健康障害や疾病の早期発見を行うため、毎年定期健康診断を実施しているほか、人間ドックの助成を行っています。

(2) 公平委員会の業務の状況

市は公平委員会を、地方自治法第252条の7の規定に基づき新潟県市町村総合事務組合に共同設置し、事務処理をしています。

報告状況	件数
勤務条件に関する措置の要求	0件
不利益処分に関する不服申立て	0件

※12月1日現在、国と新潟県の各種データは公表前です。公表後、国と県との比較を市の公式ウェブサイトに掲載します。職員数と給与の詳細は、市の公式ウェブサイトにも掲載中

南魚沼市 給与 で [検索](#)

<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp/>

市長の一言日記



少年よ大志を抱け

最近、嬉しいことが二つありました。嬉しいというより近い将来に大きな期待を抱かせてくれる、と言った方が良いのかも知れませんが…。

一つは市内在住の小野塚彩那さん（23歳）が、2014年冬季オリンピック、ソチ大会でのスキーハーフパイプ競技に日本代表を目指して挑戦する決意を固め、その実現を期するため、12月から世界各地でトレーニングや実戦への参戦に単身で旅立つということです。



小野塚、阿部両君に共通することは、大きな夢に向かって力の限り努力をするというそのチャレンジ精神の素晴らしさです。お二人の夢が実現するか否か、正に「神のみぞ知る」ことですが、それは結果であり、私は敢えて困難な道を選んで努力をするというその過程に最大の賛辞を贈りたいと思うのです。

そして後輩諸君もお二人を見習って、夢に挑戦する「志」をもってもらいたいものです。もちろん、その分野は問うものではありません。「少年よ大志を抱け」、この言葉を実践する若者がどんどん増えてくれることを願うものです。

なお、小野塚、阿部両君への支援、応援について、市民の皆さまからも多大なるご理解をお願い申し上げます。

(23・11・7)

もう一つはプロ野球のドラフト会議で、BCリーグ新潟アルビレックスの両宮、渡辺両投手が育成枠指名を受けたという事です。両投手は直接、南魚沼市とは関係ありませんが、ご存じのように新潟アルビレックスには我が市出身の阿部拳斗君（21歳）が今シーズンから在籍し、BCリーグ後半戦は大活躍をしました。その将来性は非常に有望であり、本人も目標はプロ野球選手になる事と語っており、今回のドラフトで来季以降の指名が大いに期待されます。



掲示板

市からのお知らせ

問 問合せ	講 講師
日 日時	申 申込み
期 期間	会 会場
対 対象	時 時間
定 定員	¥ 費用
縮 切り	内 内容
本 本庁舎	他 その他
塩 塩沢庁舎	北 北分館
大 大和庁舎	南 南分館

冬の交通事故防止運動
12月11日(日)～20日(火)

申・問 環境交通課
773-6666

飲酒運転の根絶

- ・飲酒運転は重大な犯罪と認識し、飲酒したときは、運転をしない、させない強い信念を持ちましょう。
- ・ドライバーへの酒類提供、飲酒運転と知りながらの運送依頼・要求して同乗することも犯罪です。
- ・飲酒運転がもたらす悲劇に



・歩行者は、夜間外出するときは、明るい服装を心掛け、夜光反射材や懐中電灯を活用して自分の存在を周囲に知らせましょう。

高齢者の交通事故防止

- ・高齢の歩行者や自転車乗りなどを見かけたら、スピードを落としましょう。
- ・夜間は、ライトの早めの点灯、上向き・下向きのこまめな切替えをして歩行者を早めに発見し、事故を防ぎましょう。



ついで家族で話し合い、飲酒運転を防止しましょう。

平成24・25年度 南魚沼市建設工事 入札参加資格審査申請 提出・図 財政課(契約係)

☎773-16671

24・25年度に市が行う建設工事などの入札と見積りに参加を希望される方は、次の書類を添えて建設工事入札参加資格審査申請書を提出してください。

今回は、定期申請です。前回提出し継続される方も、全て申請が必要です。建設コンサルタント、役務についても同時に受付します。用品(物品)は定期申請の年ではありません。

市で一括して入札参加資格申請を受付しますので、南魚沼市水道事業への提出は不要です。市あてに1部提出してください。今回の申請から個人住民税の特別徴収実施を確定させていただきます。

この詳細は、市の公式ウェブサイトに掲載しています。

南魚沼市入札参加で検索

●受付期間

1月4日(水)～2月3日(金)

●有効期間 2年間

(24年5月～26年4月)

●提出部数 1部(郵送可)

A4サイズのフラットファイルに綴ること(ファイルの色指定はなし)

●提出書類

- ①申請書様式 新潟県様式が原則(国土交通省様式、全国統一様式でも可)市の公式ウェブサイトからダウンロードできます。役務は建設コンサルタントの申請書様式をお使いください。財政課契約班、大和庁舎、塩沢庁舎の市民センターにも用意しています。

●建設工事添付書類

次の②～⑧までの書類と必要とする申出書類

②経営規模等評価結果通知書

総合評定値通知書の写し

③建設業法許可申請書別表の写し(新潟県内に建設業法上の営業所がある場合)

④当市の納税証明書(南魚沼市に市税の納税義務がある場合、コピー可)

市発行の「南魚沼市入札参加資格審査申請書添付用の納税証明書」

特別徴収実施確認依頼書兼開始誓約書

⑤法人税(所得税)と消費税と地方消費税の納税証明書

(コピー可)

●個人用 税務署発行の納税証明書「その3の2」

●法人用 税務署発行の納税証明書「その3の3」

⑥委任状(建設業法に規定する支店・営業所などに入札見積りなどを委任する場合)

⑦建設業退職金共済制度、中小企業退職金共済制度、特定退職金共済制度に加入している場合は、加入証明書の写し

⑧受付印の送付を希望される場合は、送付先を記載したハガキ、返信用封筒を同封

●建設コンサルタント・役務添付書類

建設工事添付書類のうち④～⑧の書類

子ども手当の手続きはお済みですか?

☎ 子育て支援課

(子ども家庭支援班)

☎773-16822

23年10月1日から子ども手当の特別措置法が施行されたことにより、今まで手当の支給を受けていた方に10月下旬認定請求書を送付しました。

子ども手当の受給者で来年

2月に子ども手当の支払いを希望される方は、認定請求書の提出をお願いします。

12月28日(水)

●提出先

本 子育て支援課

庁 大和市民センター

庁 塩沢市民センター

※23年10月分からの子ども手当を受給するには、24年3月30日(金)までに申請が必要です。ご注意ください。

7月の災害見舞金 事業者へ支給開始

申・☎ 商工観光課

(商工振興班)

☎773-16665

対 市内に事業所がある事業者。(ただし、被災者生活再建支援事業に基づく支援金の支給を受けた方は除きます)

●金額 ()内は被害額

●3万円

(10万以上100万円未満)

●5万円 (100万円以上500万円未満)

●7万円 (500万円以上)

※被害額は、保険金などによる補てん金を除いた額です。

2月29日(水)

新潟・福島豪雨災害で、事

業用資産が被災した事業者に見舞金を支給します。申請書は各商工会と商工観光課に用意しました。必要事項を記入し、印鑑を押して提出してください。

☎0各商工会員の方

●六日町商工会

☎772-12590

●塩沢商工会

☎782-12006

●大和商工会

☎777-3500

年内のパスポート 受け取りは12月14日(水) 申請分まで

☎ 市民課(市民係)

☎773-16661

年内に受け取りたい方は、早めに申請をお願いします。作成期間は土日・祝日を除き10日間です。

●年内の受取り終了時間

12月28日(水) 午後5時



心豊かな子育て教室

子ども・若者
育成支援センター
☎ 773-6611

子育てのわ(輪・和・話)をひろげよう! 気楽に参加してみてね。初めての方、里帰りの方、上の子連れの方、みんな大歓迎です。

大和地域「そだち学級」

12月10日(土)
午前10時~11時30分
(9時30分、受付開始)
大和公民館

クリスマス・サンタとあそぼう(歌・工作・ダンスほか)
プレゼントもあります!

城内地区「そだち学級」

12月11日(日)
午前10時~11時30分
(9時30分、受付開始)

城内地域開発センター
楽しいクリスマス会

五十沢地区「そだち学級」

12月17日(土)
午前10時~11時30分
(9時30分、受付開始)

五十沢地域開発センター
楽しいクリスマス会



六日町地区「そだち学級」

12月17日(土)
午前10時~11時30分
(9時30分、受付開始)

ふれ愛支援センター
もうすぐお正月、お年玉くじつき年賀状を作ってみよう!

持ち物

ティータイム用カップ

**冬の「親子サロン」も
こちらもぜひ来てね!**

第1回「親子サロン」

12月13日(火)
午前10時~11時30分
(9時30分、受付開始)

ふれ愛支援センター
楽しいクリスマス会



● 共通事項

0~3歳の乳幼児とその保護者など(おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です)

無料(保険料、一人10円の負担をお願いします)

予約不要です。直接会場にお越しください。

※動きやすい服装でおこしください。
☆お手伝いして下さるボランティアさんも募集中です。

不動産公売(入札)

税務課(収税班)
☎ 773-6669

差し押さえた市税滞納者の土地を公売します。

宅地(約87坪)
九日町1648-2

12月7日(水) 午前10時
市役所本

(2階201会議室)
詳細は、本庁舎正面の掲示場か市の公式ウェブサイトをご覧ください。

**高齢者福祉計画・
介護保険事業計画
パブリックコメント
(意見募集) 実施**

福祉課(介護保険係)
☎ 773-6667

生涯をこの地域で安心して過ごすことができる地域完成型のまちづくりの実現を目指し、24年度から26年度までの高齢者福祉施策と介護保険事業の方向性を示す「高齢者福祉計画・介護保険事業計画」

を策定します。

● 目的

23年度末までに、「高齢者福祉・介護保険計画検討委員会」でその最終案の検討がされます。その過程で皆さまのご意見を反映させ、ニーズにあった計画を作ることです。

*

今回公表する計画案の概要は、委員会審議における途中のものですが、計画の根幹部分を参考とし、計画案の内容を充実させていきたいと考えています。お寄せいただいたご意見は、市の考え方とともに、整理した上で公表します。(ただし、個々のご意見に直接回答はいたしませんので、あらかじめご了承ください)

● 閲覧と募集期間

12月5日(月)~19日(月)

● 閲覧窓口

福祉課(介護保険係)

大和市民センター

塩沢市民センター

市の公式ウェブサイト

南魚沼市福祉計画で

検索

<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp>

提出方法(①④のみ)

住所、氏名を明記し、介護

保険事業計画パブリックコメントと書いて、次のいずれかの方法で提出してください。

① 窓口にて持参
閲覧窓口で受け付けます。

② 郵送 〒949-6696
六日町180-1
福祉課(介護保険係) へて

③ FAX 025-773-6723
「福祉課あて」と記入してください

④ Eメール
市の公式ウェブサイトから入力フォームに入力し、送信してください。
※電話や口答などの記録に残らない方法での受付はできません。

**地域福祉計画
パブリックコメント
(予告)**

福祉課(高齢福祉係)
☎ 773-6667

第2期南魚沼市地域福祉計画の策定に、市民の皆さまのご意見を伺います。計画(案)などは、市報12月15日号と市の公式ウェブサイトに掲載します。(予定期間、12月15日~1月15日)

生命保険契約に基づく年金を受給されている方へ

税務課 (市民税係)
☎773-6668

遺族の方が年金として受給される生命保険金(以下「保険年金」)のうち、「相続税の課税対象となつた部分については所得税の課税対象としない」とする最高裁判所の判決により、税務署では過去5年分の所得税の更正(減額)が行われています。

所得税では5年を超える期間についても「特別還付金」が支給されることから、住民税(市・県民税)も同様に対応します。該当される方は、税務課にご相談ください。

① 16年以前に保険年金の受給権が発生した方

② 16年以前の保険年金について、確定申告や住民税の申告を行った方

③ 所得税の更正の際、16年分以前の特別還付金を受給した方

● 対象外

① 保険年金の申告をしていない場合

② 保険年金の申告した年の住民税が非課税の場合

※17年以降、受給した保険年金で所得税の更正を受けた方は、すでに住民税の更正(減額)を行っています。

伝言板

国・県などからのお知らせ

農産物・特産品直売所 出荷者の追加募集

申・問 しおざわ農協 (直売所係)
☎782-11170

直売所「四季味わい館」では、今後も期間を延長し、受付を行います。野菜や加工品を販売してみたい皆さま、ぜひ応募してください。

介護ヘルパー養成科 1月の入校生募集

問 県立魚沼テクノスクール
☎025-794-2410

対 求職中で介護分野への就職希望者(定員20人)

会 ABC魚沼研修センター

期 1月26日(木)～4月18日(水)

時 午前9時30分～午後4時 (平日)

料 無料(ただし、テキスト代などの自己負担あり)

申 ハローワーク南魚沼
12月28日(水)

専門医の心の健康相談会 無料・秘密厳守・要予約

申・問 地域振興局 (地域保健課)
☎772-81337

対 眠れない、不安、閉じこもりがちだ、気持ちが沈んで落ち込みがち、家庭内暴力、飲酒問題、お年寄りのもの忘れ、認知症などのお悩みのある方と、そのご家族の方など

日 12月8日(木)
午後2時～4時

会 湯沢町保健センター

精神科医が相談に応じます。主治医のいる方は、主治医の了解後、お申し込みください。

北朝鮮人権侵害問題 啓発週間

問 12月10日～16日
法務局(南魚沼支局)

☎772-3742

この問題は、国際社会を挙げて取り組むべき課題です。

関心と認識を深めましょう。

● パネル展 同時開催

会 市役所本・市民会館

求職者支援制度の案内

問 ハローワーク南魚沼 (職業訓練担当)
☎772-3157

雇用保険を受給できない方や終了した方を対象に、受講料が無料の職業訓練(求職者支援訓練)の受講と、訓練期間中から終了後の積極的な支援を行い、期間中の生活費の給付として、職業訓練受講給付金を支給します。(給付には条件があります)

● 職業訓練受講給付金

・ 受講手当 月10万円
・ 通所手当 訓練実施施設までの所定の額(上限あり)

弁護士による『消費生活』無料法律相談

申・問 南魚沼市 消費生活センター
☎772-2541
(平日、午前9時～午後4時)

日 12月22日(木)

会 午後1時30分～4時
ふれ愛支援センター

(銭淵公園となり)
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12月21日(水)正午までに電話予約をお願いします。(申込み時に相談の概要を窓口の相談員が伺います)

● 市の消費生活センター

多重債務も含め、消費者の皆さんの相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

講演会のお知らせ

「食べ物と放射能のはなし」

問 食べものと放射能を 考える会(豊田)
☎090-3403-4299

放射能汚染を正しく理解し、適切に対処するための講演会を開催します。皆さんと一緒に学び考える機会です。皆さまの参加をお願いします。

講 安田節子さん(食政策センタービジョン21代表)

日 12月11日(日) 午後1時30分(1時、受付開始)

会 市役所本(2階大会議室)
料 500円(資料代など)

国民健康保険(国保) 入る時と、やめる時

市役所(市民課)に届け出が必要ですよ

市民課 国保年金係 ☎773-6661

職場の社会保険・共済組合に加入したとき、またはやめたときは、市役所に14日以内に届け出をお願いします。届け出が遅れると、さかのぼって保険料を納めることや、医療費を返していただくことがあります。注意してください。



入る時

退職(会社の健康保険をやめたとき)

● 届け出に必要なもの

● 資格喪失連絡票(職場で受け取ってください)

※退職者医療制度の対象者は、同時に届け出をしてください。(下記参照)



やめる時

就職(社会保険・共済組合などに加入したとき)

● 届け出に必要なもの

● 国保の保険証

● 職場の保険証

(または資格取得連絡票)

※扶養に入っている方の保険証も必要です。

健康保険 厚生年金保険 資格等取得(喪失)連絡票

□下記の者は、健康保険・厚生年金保険の被保険者の資格を □取得 したことを連絡します。
□喪失

□下記の者は、健康保険の被扶養者として □認定 されたことを連絡します。
□認定を抹消 されたことを連絡します。

(該当口欄にチェックを付けてください)

平成 年 月 日

所在地 _____

事業所名称 _____

代表者 _____

電話 _____ 担当者 _____

氏名	生年月日	大・昭・平 年 月 日	性別	男・女	
被保険者	氏名	生年月日	続柄	被扶養者として認定又は認定を抹消された年月日	退職以外のときの喪失理由
被扶養者	氏名	生年月日	続柄	認定・抹消 平成 年 月 日	

(記入上の注意)

1 健康保険の被保険者の取得・喪失及び被扶養者の異動(認定・認定抹消)の都度、すべての欄を記入してください。

(1) 被保険者の取得・喪失の際に、被扶養者がある場合は被扶養者欄も必ず記入してください。

(2) 被扶養者の異動の場合のみでも被保険者欄及び被扶養者欄のすべてを記入してください。

(3) 被扶養者欄について、被扶養者の退職以外の喪失(認定の抹消)のときは、その理由を記入してください。

(例) 収入が被扶養者認定基準を上回ったため

2 被保険者の喪失年月日は退職年月日の翌日となります。

※ この連絡票は速やかに作成の上本人に渡し、住所地の市役所に14日以内に届出するよう指導します。

【参考】「資格取得(喪失)連絡票」の例

退職者医療制度

退職して、厚生年金などを受けられる65歳未満の人(退職被保険者)とその家族(被扶養者)は、退職者医療制度の対象者です。

《対象者の条件》

左記の条件に該当する国保に加入している65歳未満の方

● 本人(退職被保険者)

厚生年金、共済年金などの加入期間が20年以上か、40歳以降で10年以上あり、年金の受給権がある方

● 家族(被扶養者)

① ② ③すべてに該当する方

① 退職被保険者の扶養家族で配偶者や子どもなど3親等以内の親族

② 主に退職被保険者の収入で生活している同一世帯の方

③ 年間の収入が130万未満の方(60歳以上や障がい者は180万円未満)

● 加入の届け出

年金の受給権が発生した日から、退職者医療制度の適用の資格を取得します。国保に加入されている方は、年金証書を受け取ってから市役所に届け出をお願いします。



● 届け出に必要なもの

- ① 年金証書
- ② 対象者の保険証
- ③ 印鑑

◎ 退職者医療制度の届け出がお済みでない方には、案内文書をお送りします。手続きをお願いします。

● 窓口

本庁 市民課
大和 大和市民センター
塩沢 塩沢市民センター

適正な医療を受けましょう

医療費は、年々増えています。そのまま増え続けると、その費用を補うために保険料の引き上げが考えられます。

医療費を削減して保険制度を安定させるためにも、皆さまには医療の受け方を見直して、上手な受診を心がけ、医療費の節約にご協力をお願いします。

【上手なお医者さんのかかり方】

- ひとつの病気でお医者さんをあちこち変えないようにしましょう
- 夜間や休日の受診はなるべく避けましょう
- 薬をたくさん欲しがるのはやめましょう
- かかりつけ医を持ちましょう
- 定期健診を受けましょう
- ジェネリック医薬品を活用しましょう



南魚沼市 国民健康保険 人間ドック助成申請書

(希望する項目の□にチェック☑を記入してください)

↓太枠の中を記入してください

南魚沼市長 あて			
南魚沼市国民健康保険の人間ドック助成を下記のとおり申請します。市が行う保健活動のため保健師が健診結果を閲覧すること、必要な場合は特定保健指導を受けることに同意します。			
平成 年 月 日			
世帯主	住所	〒949- (アパート・マンション名) 南魚沼市	
	氏名	☎ 電話番号	- -

①

保険証の番号	個人コード		
氏名	生年月日	性別	希望月
	昭和 年 月 日	男・女	平成 年 月 (上旬・中旬・下旬)
希望機関	送迎希望	送迎乗車場所	
<input type="checkbox"/> 城内診療所			
<input type="checkbox"/> ゆきぐに大和病院 (健友館)	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 塩沢庁舎 <input type="checkbox"/> 大巻開発センター	
<input type="checkbox"/> 小出検診センター	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 塩沢庁舎	
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター (子宮がん検診の希望 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし)			
胃の検査 (希望しない方も記入してください)			
<input type="checkbox"/> 受診しない <input type="checkbox"/> レントゲン (バリウム) <input type="checkbox"/> 胃カメラ (鼻) <input type="checkbox"/> 胃カメラ (口)			

②

保険証の番号	個人コード		
氏名	生年月日	性別	希望月
	昭和 年 月 日	男・女	平成 年 月 (上旬・中旬・下旬)
希望機関	送迎希望	送迎乗車場所	
<input type="checkbox"/> 城内診療所			
<input type="checkbox"/> ゆきぐに大和病院 (健友館)	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 塩沢庁舎 <input type="checkbox"/> 大巻開発センター	
<input type="checkbox"/> 小出検診センター	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 塩沢庁舎	
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター (子宮がん検診の希望 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし)			
胃の検査 (希望しない方も記入してください)			
<input type="checkbox"/> 受診しない <input type="checkbox"/> レントゲン (バリウム) <input type="checkbox"/> 胃カメラ (鼻) <input type="checkbox"/> 胃カメラ (口)			

③

保険証の番号	個人コード		
氏名	生年月日	性別	希望月
	昭和 年 月 日	男・女	平成 年 月 (上旬・中旬・下旬)
希望機関	送迎希望	送迎乗車場所	
<input type="checkbox"/> 城内診療所			
<input type="checkbox"/> ゆきぐに大和病院 (健友館)	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 塩沢庁舎 <input type="checkbox"/> 大巻開発センター	
<input type="checkbox"/> 小出検診センター	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 塩沢庁舎	
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター (子宮がん検診の希望 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし)			
胃の検査 (希望しない方も記入してください)			
<input type="checkbox"/> 受診しない <input type="checkbox"/> レントゲン (バリウム) <input type="checkbox"/> 胃カメラ (鼻) <input type="checkbox"/> 胃カメラ (口)			

24年度 国保の人間ドック助成の募集開始

～対象は南魚沼市の国民健康保険（国保）の加入者です～

【申込み・問合せ】 市民課 国保年金係 ☎773-6661

【この助成を希望する方】 右ページの申請書（コピー可）に必要な事項を記入し、印鑑を押して市民課に申し込んでください。

※この助成を受ける事ができるのは、この申請書で申し込んだ方のみです → → →

※住民健診を希望する方は、保健課が12月中旬に発送する「24年度 南魚沼市 健診申込兼調査票」に記入して保健課に申し込んでください。右ページの申請書は提出不要です。

【注意】

- ①ドックと「市の住民健診」は両方を受けることができません。
(ただし、乳がん・子宮がん検診は、ドックを受けながら「市の住民健診」で受けられる場合があります)
- ②日程などは、希望機関と調整後に通知します。

1. 対象者 ①～④の条件を全て満たす方

- ①昭和52年4月1日以前に生まれた方で、申請日から受診日まで継続して国保の資格がある方
※昨年と年齢条件が変わりました。後期高齢者医療制度の方は対象外です。
- ②国民健康保険税の滞納のない方
- ③検診結果で必要と判断された場合、特定保健指導を受けることに同意できる方
- ④現在、医療機関で定期的に生活習慣病の治療を受けていない方



2. 希望機関 ①～④の中から1つお選びください

- ①城内診療所（乳がん・子宮がん検診なし／胃カメラ 鼻・口あり）
- ②ゆきぐに大和病院（胃カメラは鼻・口あり）
※胃カメラは、胃の手術歴や病歴があり医師に勧められている方が希望してください。
- ③小出検診センター（労働衛生医学協会／胃カメラなし）
- ④湯沢町保健医療センター（胃カメラは口のみ）
※24年度の間人ドック料金は、33,600円です。PSA（前立腺がん検診）、肝炎ウイルス検診、乳腺エコー、子宮がん検診はオプション検査として各2,625円です。（乳腺・子宮がんは、セットで4,200円）

3. 助成期間 24年4月～25年3月

4. 申請先

市民課 国保年金係（本庁舎）／
大和市民センター／塩沢市民センター

※申請時に「受付証」をお渡します。窓口で申請してください。（Fax不可）

【締切り】1月13日(金) 早めの申請をお願いします

ドックの金額（24年度）は
3月末までに決まります

5. 【参考、23年度の金額】

検診機関名	ドックの金額 (23年度)	助成額 (24年度)	差引個人負担
城内診療所 ☎ 775-2009	31,500円 (35,700円)	16,000円	15,500円 (19,700円)
ゆきぐに大和病院（健友館） ☎ 777-4477	37,800円 (41,800円)		21,800円 (25,800円)
小出検診センター ☎ 025-792-3365	37,800円 (胃カメラなし)		21,800円
湯沢町保健医療センター ☎ 785-5005	37,800円 (40,800円)		21,800円 (24,800円)

助成額は
24年度の
金額です



※検査の内容・オプションは各検診機関にお尋ねください

12月の開館時間

南魚沼市 火～日9:00～17:00 (金は19:00まで)、月曜休館(祝日は翌日)と15日(木)図書整理日 **大和** 火～金9:00～19:00 (土日祝日は17:00まで)、月曜休館(祝日は翌日) **塩沢** 火～金9:00～20:00、土～月と祝日は17:00まで **年末年始の休館(3か所)、29日(木)～1月3日(火)**

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

じっくりと本を読める季節ですね。話題の本なども入っています。第23回読書感想文中央コンクール指定図書も図書館に入りました。ぜひ、ご利用ください。

クリスマス読書のつどい

六日町高校演劇部の「クリスマス劇」を見に来てね!

日時 12月17日(土) 午後2時～3時30分

会場 市民会館(多目的ホール)

テーマ 『クリスマス』

内容 演劇・クリスマスの工作
 ・新しい本の紹介・読み聞かせ

持ち物 はさみ・のり・クーピーやカラーペン

申し込み 南魚沼市図書館

締切り 12月16日(金)(定員50人)

12月のおはなしかい

手遊び&手袋人形、お話、パネルシアター・わらべうた遊びなど楽しい内容が盛りだくさん。おはなしかいの後には、ぜひ図書館にお立ち寄りください。

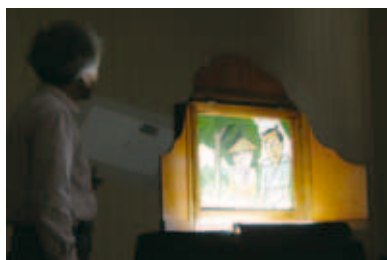
日時 12月3日(土)

幼児向け 午前10時～

小学生向け 午前10時35分～

- **会場** 中央公民館(和室)
- **対象** 幼児・小学生とその保護者
- **問合せ** 南魚沼市図書館

「新潟ひょうしぎの会」の 迫力満点の紙芝居 10月のひょうしぎ感想集



楽しい紙芝居のお話を紹介していただき、ありがとうございます。孫を連れてきました。紙芝居、面白かった。

です。家で本を読んであげる時、もっと感情を込めて読もうと思いました。感激しました。ありがとうございます。ひょうしぎの会の皆さんの紙芝居が素晴らしかったです。「きつねとじいさま」のお話が怖かったです。とても引き込まれました。子どもたちもとても楽しんでいました。子どもたちも紙芝居を大好きなので、凄く楽しむことができました。来月のブラックシアターも子どもが興味あるようなので、予定が合えば参加したいです。ひょうしぎの会の紙芝居を見せていただき、お話の面白さとその上手い語りに変化を感じました。子どもたちも皆、引き込まれ喜んでいましたね。皆さんの活動で子どもたちの心が情緒豊かに育つことでしょうか。久しぶりに出てみました。紙芝居は子どもより集中して見ていました。またの機会をよろしく願います。今日は、「とまがしま」が面白かったです。また、来たいです。きょうは、いっぱいかみしばいがよめてよかったです。



巡回図書、2か月に一度更新

11月17日(木)大和図書室を入れ替えました。(次回、塩沢は12月15日(木)の予定)

職場体験学習・図書館見学の来館 ありがとうございます

8月～11月、職場体験学習に大巻・五十沢・城内・六日町中学校と、第二上田小学校から、見学は

大崎小学校・三用小学校からご来館いただきました。職場体験の感想を市のウェブサイトに「みんなの図書館」内で紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

南魚沼市図書館で検索



絵本のへや

12月21日(水)は「クリスマス会」です。詳細は図書館にお問い合わせください。

12月28日(水)と1月4日(水)の「絵本のへや」は、お休みします。

乳幼児親子おはなしの会 「えほんであそぼ」

サンタさんに

あえるかな?

日時 12月9日(金)

午前10時～11時30分

会場 大和公民館

内容 手袋人形、まんまるちゃん、絵本、パネルシアター、手遊び、ハンドベルなど

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

☎777-4671



南魚沼市民会館 受付 8:30～17:15

12月の休館日：毎週月曜（祝日は翌日）、29日（休）～1月3日（火）

☎773-5500 FAX772-8161 ☎0120-150-142

<http://www.6bun.jp>

平成23年度芸術文化事業

平成23年度優秀映画鑑賞推進事業

～巨匠・溝口健二の世界～

日本映画を代表する溝口健二監督が世界の映画祭で絶賛を博した名作を紹介いたします。



近松物語

●日時

12月10日（土）

10:30～12:07 『雨月物語』

12:50～15:07 『西鶴一代女』

15:15～16:58 『近松物語』

12月11日（日） 10:30～12:34 『山椒大夫』

13:15～14:58 『近松物語』

15:10～16:47 『雨月物語』

●会場 市民会館（多目的ホール）

●料金 1,000円（全席自由席、2日間通し券）

※入場券は当日券のみです。市民会館で販売します。

さだまさし コンサートツアー2012～Sada City～

12月4日（日）から会館と会館プレイガイドでチケット発売開始

●日時 3月12日（月）

18:30（開場18:00）

●会場

市民会館（大ホール）

●料金 全席指定7,350円



改修工事によるホール休館のご案内

●期間 ・大ホール（12月27日～24年3月2日）

・多目的ホール（24年1月4日～3月2日）

トミオカホワイト美術館 開館10:00～17:00

（入館終了16:30）

12月の休館日：毎週水曜（祝日は翌日）、29日（休）～1月3日（火）

☎775-3646 <http://www.mynet.ne.jp/white>

☎一般600円／高校生300円／市内の小中学生（無料）

富岡惣一郎 雪国巡礼、開催中！

●期間 3月20日（火）祝日まで

ニューヨークへ留学した富岡は、自らの美の原点は日本の雪景色にあると確信し、帰国後、日本各所をめぐる「雪国巡礼」を開始します。日本を縦断し、風景をモノクロームの世界へと閉じ込めた富岡の雪国巡礼をぜひご覧ください。



京都・清水谷
（30号1972）

池田記念美術館 開館9:00～17:00

（入館終了16:30）

12月の休館日：毎週水曜、8日（木）・23日（金）祝日、

26日（月）～1月5日（木）

☎780-4080 FAX777-3815 <http://www.ikedart.jp>

☎一般500円／高校生以下（無料）

魚沼ベストショット展 — 風景 —

●期間 12月9日（金）～25日（日） ※25日15:00閉館

魚沼地域は山と田園地帯の変化に富んだ美しい風景の宝庫です。その自然は誇るべきものです。そんな魚沼に魅せられた写真家の自慢のベストショットを出版していただきます。

【スポーツカード展示室】

日本サッカーの新たな飛躍！

●期間 12月25日（日）まで

2011 Jリーグカード他2010～2011日本代表カードも展示。「なでしこジャパン」の特設コーナーも引き続き設置しています。

【イベント】

江崎浩司クリスマスコンサート

●日時 12月23日（金）祝日 14:00（開場13:30）

※当日、美術館は休館です

●チケット 3,000円（定員130人）



●出演 リコーダー／江崎浩司、ピアノ／中村恵美
素敵なプレゼント抽選会もあります。

棟方志功アートステーション 開館9:00～17:00

（入館終了16:30）

12月は無休

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

第3期 地水火風

～宇宙万物を成り立たせる要素に触れる～

葛飾北斎、横山大観、奥村土牛、ユトリロ、ブラジリエなど

●期間 1月9日（月）祝日まで

【第3期 水泳教室】

新規 今年度初めて参加される方、継続 第1期・第2期に参加されていた方、

JSC員 ジュニアスポーツクラブ員

コース	対象	1月の開始日	曜日	時間	回数	参加料	定員
親子	1月末日で3歳以上の子どもとその保護者	17日	火	18:00～18:50	9	会員 新規 1,000円 継続 3,000円 一般5,500円	各10組
		14日	土	19:00～19:50	10		
幼児	1月末日で5歳以上の未就学児（泳力不問）	11日	水	18:00～18:50	10	保護者が会員 新規 600円 継続 3,000円 保護者が一般5,500円	各20人
		12日	木	16:00～16:50	10		
		13日	金	18:00～18:50	10		
		14日	土	10:00～10:50	10		
		14日	土	16:00～16:50	10		
初級	水慣れから、中級コースを目指す小学生	17日	火	17:00～17:50	9	会員 新規 無料 継続 3,000円 JSC員 3,500円 一般5,500円	各40人
		11日	水	17:00～17:50	10		
		12日	木	17:00～17:50	10		30人
		13日	金	17:00～17:50	10		
		13日	金	19:00～19:50	10		各40人
		14日	土	11:00～11:50	10		
		14日	土	17:00～17:50	10		
		14日	土	18:00～18:50	10		
8日	日	10:00～10:50	10				
中級	クロール25メートル30秒以内、背泳ぎ25メートル35秒以内の小中学生（Bコースからの進級者とCコース経験者）	17日	火	18:00～19:00	9	会員 新規 無料 継続 3,000円 JSC員 3,500円 2教室目から5,500円 一般5,500円	各30人
		11日	水	18:00～19:00	10		
		12日	木	18:00～19:00	10		40人
		13日	金	18:00～19:00	10		
		14日	土	11:00～12:00	10		各30人
8日	日	11:00～12:00	10				
上級	Cコースからの進級者、または指導員が認めた小中学生	12日	木	19:00～20:00	10	各15人	
		14日	土	10:00～11:00	10		
レディース	16歳以上の女性（初心者OK）	17日	火	11:00～12:00	9	会員 新規 無料 継続 3,000円	30人
		12日	木	11:00～12:00	10		30人
一般成人	16歳以上	11日	水	19:00～20:00	10	一般5,500円	30人
	16歳以上で4泳法泳げる方	13日	金	13:30～15:00	10		15人
シニア	概ね60歳以上	11日	水	14:00～15:00	10	30人	

【第3期 水中運動教室】

コース	対象	1月の開始日	曜日	時間	回数	参加料	定員
水中歩行	16歳以上	13日	金	11:00～12:00	10	会員 新規 無料 継続 3,000円 一般5,500円	30人
アクアエクササイズ		17日	火	20:00～20:50	9		60人
		11日	水	11:10～12:00	10		20人
ミニアクア		12日	木	14:20～14:50	10		会員 1,000円 一般3,000円

●受講料 ハガキ到着後12月25日(日) 17:00までにお支払いください。

※都合により、日程・回数・料金などが変更する場合があります。詳細は参加申込書をご覧ください。



南魚スポーツハラダイス

通称：
スポパラ

【申込み・問合せ】 南魚スポパラ（ディスポート南魚沼内） ☎ 773-3210（月曜休館）
<http://www.6bun.jp/Disport/SpoPara/> 南魚スポパラ で 検索
 年末年始の休館：12月26日(月)～1月4日(水)

『スイミングスクール』第3期（1月～3月）参加者募集中

水泳や水中運動は無理なく身体が動かせます。泳力・体力向上、シェイプアップなど、いろいろな運動の教室を設定し、参加をお待ちしています。スポパラ会員の入会特典はディスポート個人定期券が30% OFF

- 締切り **12月13日(火) 21:30**（※空きのある教室は15日(水) 9:00から追加募集します）
 - 申込み ディスポートの申込用紙とハガキに、必要事項を記入して1階フロントに提出してください
 - 選考方法 定員を超えた場合は、14日（水）に抽選し、結果はハガキでお知らせします。
- ※参加者が少ない場合、中止する場合があります。会員優先ですが、会員が定員を超えた場合は抽選です。

教室の
一覧表は
コチラ



長期スイミングスクール（後期）生徒募集中

このスクールは、一年単位で指導するスポパラの教室です。スポパラ会員はディスポート個人定期券が30% OFF、参加料の会員割引があり会員の方がお得です。

- 締切り **12月11日(日) 17:00**
- 申込み ディスポートの申込用紙に必要事項を記入して、1階フロントに提出してください。
- 泳力テスト 12月13日(火) 19:00～（18:50までに集合してください）
 （**入場無料** 参加者はフロントに「テストの参加者です」とお伝えください）



- 全コース共通条件 【定員：若干名、回数：10回(年間42回)】
 ※JSC 員とはスポパラ会員の中のジュニアスポーツクラブ会員のこと

コース	対象	開始日	時間	参加料
アヒル	1月末日で5歳以上、けのびが5メートル以上できる子ども	1月17日(火)	19:00～20:00	● 会員 3,000円 (年額12,000円) ※ JSC員 4,500円 (年額18,000円) ● 非会員 6,000円 (年額24,000円)
ビーバー	1月末日で5歳以上、15メートル以上泳げる子ども	1月14日(土)	10:00～11:00	
イルカ	3泳法で25メートル以上泳げる子ども (年齢不問)	1月12日(水)	20:00～21:00	

※未就学児は保護者がスポーツパラダイス会員の場合、会員料金です。ディスポート定期券も会員料金です。
 日程・回数・料金など変更する場合があります。詳細は参加申込書をご覧ください。

『陸の教室』第3期（1月～3月）教室参加者募集

●癒しの教室『しなやかボディ教室』

ヨガとピラティスの要素を取り入れた運動です。ゆっくりとした一連の動作を繰り返し行いますので、初めての方でも安心。腰痛予防、姿勢改善、しなやかボディを目指す方にオススメ！

● 開始	1月7日（毎週土曜日、全10回）	対象：16歳以上の女性	定員：各15人	【参加料】 ● 会員(新規) 無料 ● 会員(継続) 3,000円 ● 非会員 5,000円
● 時間	経験者 9:00～10:00	初心者 10:00～11:00		
● 会場	坂戸公民館（2階）			
● 受付開始	12月17日(土)	経験者 8:45～	初心者 9:45～	

●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りませんか？ エアロバイクや筋力アップマシンなどの使い方の講習会です。

● 日時	12月13日(火) 12:00～13:30	対象：中学生以上	定員：10人(要予約)	【参加料】 ● 会員 無料 ● 非会員 200円
● 会場	ディスポート南魚沼（1階）トレーニングルーム			

※利用料300円が別途要（定期券可）運動着、室内用シューズ、タオルを用意してください

第23回にいがた南魚沼市歩くスキーフェスティバル

～参加者は炊き立て南魚沼産コシヒカリ食べ放題！～

参加者
募集!

- 日時 2月25日(土) 10:00スタート
- 会場 五日町特設クロスカントリースキーコース
- *競技タイムレースではなく、過去に国体・インターハイで使われたコースを一部取り入れた、チャレンジヒルクライムコース(1周6キロメートル)を、八海山の眺望を望みながら各自のペースで滑り(登り)ます。
- 比較的緩やかなファミリー・ビギナーコース(1周2キロメートル)もあります。

種目・コース	距離	参加者区分・条件など
チャレンジヒルクライムクロスカントリー	12km (6km×2周)	年齢・性別の区分はありません。安全に傾斜を登り下りできることが条件です。スピードは不要です。
	6km(1周)	
ファミリー・ビギナークロスカントリー	2km	年齢・性別の区分はありません。(五日町スキー場ふもとの比較的緩やかなコース)
小学生レクリエーションリレー競争(1チーム3人)	2km×3周	男子の部・女子の部上位チームに賞品あり。先着20チーム申し込みは、所属団体経由でお願いします。

※12・6・2キロメートルコースは、ゴール地でタイム表示のみ行います。

- 参加費 一般2,500円、中・高校生1,000円
小学生・幼児500円
- 参加賞(参加者全員にプレゼント)
- 炊き立て南魚沼産コシヒカリを会場内で食べ放題
- 会場内の南魚沼プチグルメ模擬店の利用券



●完歩賞(ゴール地点でタイム表示を行いますので、各自でタイムの記入ができます)

●受付期間 12月14日(水)～1月27日(金)

●申込み

申込書に必要事項を記入して、参加費を添えて窓口へ申し込んでください。(郵送可)

※16歳未満の参加には、申込書の保護者同意欄に保護者のサインが必要です。

●受付窓口

- 生涯スポーツ係(市民会館内)
- デイスポート南魚沼、大和・塩沢公民館
- 大巻地域開発センター

●レンタルスキー 一式1,000円(クロスカントリースキー板、ストック、ブーツのセット)

ただし、市内在住の小中学生は無料です。(要予約)

●初心者講習会(無料)

フェスティバル当日の8:30～9:30(要予約)

【問合せ】 歩くスキーフェスティバル事務局

☎773-6700 FAX772-8161

<http://www.yukiguni.ne.jp/arukuski/>

※ランネットからの申し込みもできます。

詳しくは<http://runnet.jp/>(12月14日(水)～)

五日町ジュニアスキー教室

●対象 小学生

参加者
募集中!

【問合せ・申込み】 NPO法人いつかまち(旧 五日町スキー観光(株))

☎776-2132 FAX776-2506

体育の授業で初めてのアルペンスキーを楽しく受けたい、もう少しステップアップしたい子どものためにスキー教室を開催します。(ナイタースキーです)

- 日時 1月6日・13日・20日・27日
2月3日・10日・17日・24日
毎週金曜(合計8回)
毎回18:30～20:00

●会場 五日町スキー場



●参加費 10,000円(講習料、リフト代、保険料含む)

●レンタル 1日1,500円。希望者にスキー一式(スキー板、ブーツ、ストック)をお貸しします。

●締切り 1月3日(火)

●申込み 申込書を持参するか、Faxしてください。(申込書は五日町スキー場または<http://www.yukiguni.ne.jp/ITUKAMACHI/>にご用意しました)

よらっ! やい
雪のふるさとへ!

キラメキ大幅リニューアルで2月11日・12日開催決定!

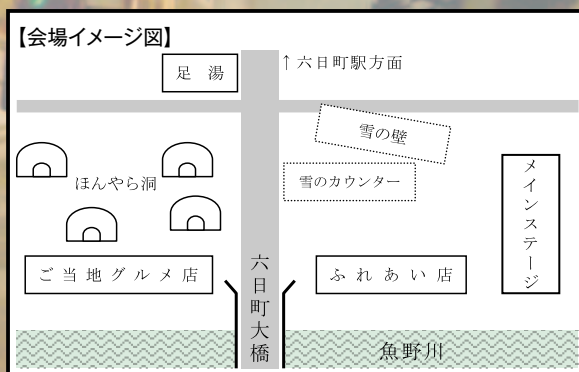
第62回 南魚沼市 雪まつり

2月11日(土)12:00~21:00、12日(日)10:00~15:00

【問合せ】 南魚沼市観光協会 ☎772-7171

会場を、坂戸山を望む六日町大橋下（魚野川左岸の河川敷）に移し、伊勢町区にある大神宮の賽の神、坂戸山に松明を灯す「百八灯」なども同時開催。

地域の食材や雪を活用した「ふれあい店」をはじめ、全国のご当地グルメを味わえるコーナーや、冬の風物詩「ほんやら洞」もお目見え。毎年恒例の郷土芸能ショーやファイナレを飾る冬花火も必見です。生まれ変わった、雪まつり！ 皆さまのお越しをお待ちしています。



第54回 雪譜まつり俳句大会作品募集

【申込み・問合せ】 塩沢公民館 ☎782-0100
(〒949-6408 塩沢608-1)

- 募集作品 「冬季雑詠」2句1組 (何組でも可)
- 応募料 1組1,000円
- 応募方法 応募用紙に記入してください (用紙は塩沢公民館で配布、賞は兼題20位まで)
- 締切り 1月12日(木)必着

うおめまわくわくキッズ 正月飾りづくり

☆わらや松などをつかった

かわいい手づくり正月飾りで新年を迎えよう☆

- 対象 年長～中学生とその保護者 (年中以下のお子さんは保護者同伴で参加できます)
- 日時 12月18日(日)
9:00～12:00 (8:45受付開始)
- 会場 大和公民館 (参加費:500円)
- 持ち物 飲み物、汚れてもよい服装、軍手、タオル
- 定員 30人 ●締切り 12月15日(木)

【申込み・問合せ】 NPO法人野外教育学修センター
魚沼伝習館 ☎793-7320

市内スキー場共通リフト乗車証 販売開始

【申込み・問合せ】 商工観光課 ☎773-6665

【受付のみ】 塩沢市民センター ☎782-0250
大和市民センター ☎777-3111

南魚沼市スキー場協議会のご協力で販売します。代金は事前に指定口座に振り込んでください。

【対象と金額】 (24年2月29日まで販売)

- 市内の小・中学生 10,000円
- 市内に在住・在学する高校生 15,000円
(今年度の学生証をお持ちください)

●小・中学生の乗車証を購入された保護者

1人目30,000円、2人目15,000円

※写真付の証明書 (保護者本人) をお持ちください

- 申し込みに必要なもの 振込証明書、申込書、顔写真1枚 (横3.5×縦4.5センチメートル・縁なし・無帽・無背景・撮影後6か月以内)

【使用可能スキー場】

石打丸山スキー場、セントレジャー舞子スノーリゾート、石打花岡スキー場、Mtグランビュースキー場、上越国際スキー場、シャトー塩沢スキー場、六日町八海山スキー場、六日町スキーリゾート、五日町スキー場、八海山麓スキー場

募集中！食推さんの

食育のひと料理講習会

「薄味でもおいしい減塩料理を作ってみませんか？」

【申込み・問合せ】 保健課

☎773-6811



食生活改善推進員協議会(食推)では、「バランスのとれた食生活の普及」を活動目標に、地域で料理講習会を行っています。今回は、薄味でもおいしい料理をテーマに行います。皆さまの参加をお待ちしています。

●日時 12月19日(月)

午前10時～正午

●会場 魚沼地域

職業訓練センター

●内容 豚肉のきのこ巻き、米粉の減塩シチュー、小松菜のあえもの

●持ち物 エプロン、三角巾、

参加費(200円)

●締切り 12月12日(月)

●定員 20人



献血にご協力ください

12月の日時と会場(種別:全血)～

【問合せ】 保健課(献血担当) ☎773-6811

●12月11日(日)

10:30～11:45、13:00～15:30
イオン六日町

●12月13日(火)

9:30～10:30 日東工業(株)六日町工場
11:30～12:30 (株)セイタン
14:00～16:00 (株)関越イワサキ

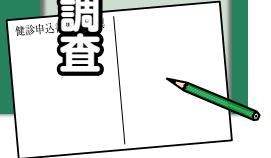
開始の予告

24年度、

住民健診の希望調査

【問合せ】 保健課

☎773-6811



12月中旬、平成24年度の南魚沼市健診申込兼調査票を各世帯に郵送します。健診を希望しない方も記入して、提出をお願いします。提出方法など詳細は、市報12月15日号に掲載します。



12月の城内診療所 診療担当医師(予定表)

【外来の診療受付】 月曜～金曜 8:30～11:30、13:30～16:30 / 土曜 8:30～11:30

【問合せ】 城内診療所 ☎775-2009

月		火		水		木		金		土		日	
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
1日		2日		3日		4日		5日		6日		7日	
						橋詰 高橋(正)	高橋(正)	高橋(聡) 橋詰	橋詰	薄田	休診	休診	
8日		9日		10日		11日		12日		13日		14日	
高橋(聡) 廣田	高橋(聡)	橋詰 福本	橋詰	高橋(聡) 橋詰	高橋(聡)	橋詰 高橋(正)	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	高橋(守)	休診	休診
15日		16日		17日		18日		19日		20日		21日	
高橋(聡) 廣田	橋詰	橋詰 福本	橋詰	高橋(聡) 橋詰	中山	橋詰 高橋(正)	橋詰	橋詰	橋詰	橋詰	堀内	休診	休診
22日		23日		24日		25日		26日		27日		28日	
高橋(聡) 廣田	高橋(聡)	高橋(聡) 橋詰	橋詰	高橋(聡) 橋詰	高橋(聡)	橋詰 風間	橋詰	休診(祝日)		福本	休診	休診	
29日		30日		31日		休日救急診療 (9:00～16:00)		休診		休診			
高橋(聡) 廣田	橋詰	高橋(聡) 橋詰	高橋(聡)	高橋(聡) 橋詰	橋詰								

【年末年始の予定】 12月30日(金)～1月3日(火)は休診、1月4日～診療開始

秋の叙勲、受章おめでとございます

高野孝雄さん〔上野〕 瑞宝双光章を受章



高野さんは、長年の教育功勞により受章されました。この受章は、今まで先輩や同僚、周囲の友人に助けられたおかげです。教師をしていた当時を振り返ってみると、私のやり

り方は強引という一面がありましたが、周囲の先輩や同僚によく助けていただき感謝しています。

自分の経歴を振り返ってみると、今まで半分以上家を空けていたことに気づかされました。留守中、家を守ってくれた妻には特に感謝しています。「受章の半分は妻の分です」と照れ臭そうに笑っておられました。

そして、大切にしている言葉として、新任当時の校長先生からいただいた言葉「不憤不啓」（憤せざれば啓せず）、これは情熱のない者は大成しない。何事も情熱を持ち、教を乞う姿勢を持ち続けることが大切だ」という意味の論語の言葉です。これからも「まだまだ」の気持ちを持ち続けていきたいものです。と熱く語られました。

県大会で優勝おめでと！ 塩沢ミニバスクラブ



『平成23年 新潟日報 新潟県フレッシュ・ミニバスケットボール大会』、9月3・4日、新潟市東総合スポーツセンターで行われたこの大会は、小学校4年生以下が対象。「塩沢ミニバスクラブ男子」が長岡地区大会を初優勝し、県大会に駒を進めました。県内の各地区大会を勝ち抜いた16チームで行われる県大会。波に乗る初戦は、新潟地区の石山レグスを64対2の大差で破り、順調に勝ち進みます。決勝は、地区大会決勝と同じ「妻有キッズ」。最後までもつれる大熱戦の末に、44対42の1ゴール差で見事に初優勝を飾りました。



戸田喜代平さん〔黒土新田〕 瑞宝単光章を受章



戸田さんは、長年の消防功勞により受章されました。昭和35年4月大和町消防団に入団、平成13年4月の退団までの34年間、副団長・団長として重責を果たし消防団活動にご尽力されてきました。

消防団活動を振り返ってみると、災害出動は大きかろうが小さかろうが大変なものです。特に火災の現場は悲しくなりました。それまで、そこにあった家族の団らんが一瞬で壊れてしまっています。水浸しの茶の間に、何人もが土足で入っている光景は、やり切れませんでした。大きい家の火災では、途中でポンプの燃料が足りなくなり継ぎ足しながら消火活動にあたったこともありました。

今の消防団活動をされている若い人たちは、私たちの時以上に連絡網が徹底されていて、優秀な活動をされています。消防団活動は、周囲の援助や家族の理解なしにはできません。皆さんの頑張りには頭が下がります。『火災は、消すことよりも出さないこと』これが一番です。と語られました。

県知事表彰、受賞おめでとございます

長年の功績により市内の表彰された方を「功績、氏名（主要職名など）」紹介します。（掲載順は式次第順）

- **社会福祉** 石田勇三さん
（社会福祉法人 南魚沼福祉会 理事長）
- **生活環境** 大平修平さん
（新潟県自然環境保護員）
- **土地改良** 高橋明夫さん
（五城土地改良区理事長）
- **善行** 羽賀幸子さん
（留学生支援ボランティア活動）

ご厚意に
感謝します

- 埼玉県和光市議会総務環境常任委員会様から60,000円の寄付を頂きました
- 八海山尊神社様から100,000円の寄付を頂きました
- 雪国演芸友の会様から200,000円の寄付を頂きました
- (財)全国市町村振興協会様から400,000円の寄付を頂きました
- 上村茂弘様（千葉県船橋市在住）様から寄付を頂きました



12月のカレンダー

日にち	行事名・時間・会場など
12/9(金)	乳幼児親子おはなしの会「えほんであそぼ」 10:00～11:30 大和公民館
11(日)	城内地区「そだち学級」 10:00～11:30 城内地域開発センター
13(火)	親子サロン 10:00～11:30 ふれ愛支援センター
17(土)	読書のつどい 14:00～15:30 南魚沼市図書館
	五十沢地区「そだち学級」 10:00～11:30 五十沢地域開発センター
	六日町地区「そだち学級」 10:00～11:30 ふれ愛支援センター
18(日)	猫の譲渡会(魚沼アニマルサポート) 13:00～15:00 エフエム雪国(1階ホール)
26(月)	第12回農業委員会総会 9:30～ 大和庁舎3階旧議場
28(水)	市役所 仕事納め
31(土)	自動交付機停止(～1月3日まで) 終日 全庁舎
1/4(水)	市役所 仕事始め
	市・県民税4期、 国民健康保険税7期の納期限日
	自動交付機新年稼働開始 7:30～20:00 全庁舎
25(水)	第1回農業委員会総会 9:30～ 大和庁舎3階旧議場
31(火)	固定資産税・都市計画税4期、 国民健康保険税8期の納期限日

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。

【問合せ】 子育て支援センター ☎773-6822

●時間 9:30～15:30
「広い所で遊ぼう」開催日午後の「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)
毎週 月・火・木曜日

- 12月13日(火)・27日(火) 9:30～11:30 「広い所で遊ぼう」 会場：うるおいの里みよう
- 12月15日(木) 10:30～ 支援講座「クリスマス飾りを作ろう」 講師：保育士

★六日町会場：ふれ愛支援センター (2F)
毎週 月～土曜日

- 12月14日(水) 10:30～ 支援講座「クリスマス飾りを作ろう」 講師：保育士

★塩沢会場：塩沢庁舎 (北棟2F)
毎週 火・水・金曜日

- 12月13日(火) 10:30～ 支援講座「クリスマス飾りを作ろう」 講師：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。

救急医療当番

12月3日→18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

日にち	診療科	受付時間	医療機関	電話番号
3(土)	内科	13:30～16:00	萌気園二日町診療所	778-0088
	外科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
4(日)	内科	12:00～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
10(土)	内科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	外科	13:30～16:00	中山医院	783-5500
11(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
17(土)	内科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
	外科	13:30～16:00	坂内医院	776-2015
18(日)	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
18(日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	六日町病院	772-7111

◎休日救急診療所の所在地
市役所本庁舎南分館(旧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。

★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。

◎医療機関は昼間の利用をお願いします
できるだけ昼間に受診しましょう。昼間の外来診療時間は検査技師・薬剤師などのスタッフが揃っているため、夜間より適切な治療が受診できます。

☑「かかりつけ医」を持ちましょう
かかりつけ医を持つと継続して日常的な医療アドバイスを受けることができます。手術など総合病院の受診が必要な場合になっても、紹介状によりスムーズに受診できます。

行政 困りごと 相談日	日時	場所
12月12日(月)	13:30～16:00	働く婦人の家(浦佐)
12月21日(水)	14:00～16:00	本庁舎
1月6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

皆さん、「FMゆきぐに」で、市役所(情報)の放送を行っているのをご存知ですか、月曜から金曜の午前8時21分から25分までの約4分間。市役所から、各課のお知らせや、イベント情報などを放送しています。市報では間に合わなかった情報などもお報せしています。ぜひ一度、聞いてみてください。(災害などの緊急時には割り込み放送もあります)

編集後記
秘書広報室から

周波数は
76・2メガヘルツ