

みなみ魚沼

| | | | | | |
|---|------|---|-----|---|-----|
| 問 | 問合せ | 申 | 申込み | 日 | 日時 |
| 会 | 会場 | 期 | 期間 | 時 | 時間 |
| 対 | 対象 | 資 | 資格 | 定 | 定員 |
| ¥ | 費用 | 縮 | 締切 | 内 | 内容 |
| 講 | 講師 | 持 | 持ち物 | 他 | その他 |
| 本 | 本庁舎 | | | | |
| 大 | 大和庁舎 | | | | |
| 塩 | 塩沢庁舎 | | | | |

南魚沼市民憲章 【平成19年4月1日 制定】

●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。

●<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp> ●市報は南魚沼市公式ウェブサイトでもご覧いただけます

越後上布体験講座 参加者募集

ユネスコ
無形文化遺産
産「小千谷
縮・越後上
布」の世界
に触れてみ
ませんか？
市のウェブサイトも、合
せてご覧ください。



日 3月1日(土) 午前10時～午
後3時30分(予定)

会 塩沢織物組合・上十日町雪
さらし場

¥ 3,000円、中学生以下
2,500円(昼食代込み)

内 午前 越後上布の製造工程を
学ぶ/午後 雪さらし体験

定 40人(先着順)

メ 2月7日(金)

※天候により雪さらし体験が
できない場合があります

申・問 社会教育課文化振興係

☎ 773-33756

越後上布の雪さらし 体験参加者募集

南魚沼の小学3～6年生、中学
生と保護者対象

お陽さま
と雪は天然
のせんたく
屋さん。越
後上布を太
陽のもと
雪にさらす
と、汚れが
とれてきれいになります。雪
がたくさん降る南魚沼ならで
はの「雪さらし」を、みんな
で体験しましょう！



日 3月1日(土) 午前11時～
(30分程度)

会 上十日町雪さらし場

¥ 無料 定 50人(先着順)
メ 2月7日(金)

※天候により雪さらし体験が
できない場合があります

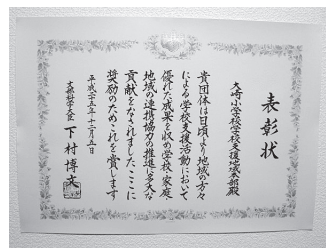
申・問 社会教育課文化振興係

☎ 773-33756

大崎小学校「はなさき本部」 文部科学大臣表彰を受賞

平成25年度の優れた「地域
による学校支援活動」推進に
かかる文部科学大臣表彰に、
大崎小学校「はなさき本部」
が選ばれ、表彰を受けました。
「はなさき本部」は学校支
援地域本部として平成20年度

から活動
を開始し
ました。
校内に
は、地域
のボラン
ティアと
学校をつ
なぐコーディネーターがいま
す。



特徴的なのは、「はなさき
交流会」です。昼休み時間を
活用し、子どもたちが地域の
青年団と触れ合ったり、シル
バー世代から昔遊びを教わっ
たりしています。平成25年度
は、5回開催しました。

その他、授業で講義をして
いただく地域の「名人」を探
したり、学校花壇や図書室の
整備の声をかけをしたりして
います。このような、さまざま
な活動をとおして、地域の人
と学校の結びつきを深めるお
手伝いをしています。

地域の皆さんに支えられて
の活動です。これからも『で
きることを できるときに
すこしずつ』をモットーに活
動を続けられるそうです。

子どもも・若者育成支援セン
ター ☎ 773-6611

雪まみれキャンプ

「コシヒカリの郷」子ども自
然体験村IN南魚沼(子どもゆ
め基金助成活動)

日 3月1日(土)・2日(日)の1泊
2日

内 思いっきり雪遊び。ソリ、
キャンプファイヤーなどを
首都圏の子どもたちと交流
しながら過ごします。

会 六日町 上の原地区

対 小学3年生～中学3年生

¥ 1人 8,000円

定 20人(先着順)
メ 2月7日(金)

申・問 NPO法人 六日町観
光協会 ☎ 770-1173

※「コシヒカリの郷」子ども
自然体験村IN南魚沼のブ
ログで詳細をご覧ください

建設課からお知らせ

冬期間の市道は除雪などの
影響で路面が損傷しやすく、
陥没ができることがあります。
パトロールをして事故防止
に努めていますが、路面の陥
没などを見かけましたら、す
ぐに建設課までご連絡くだ
さい。

問 建設課 維持管理班
☎ 773-6674

魚沼地域医療連携ネットワークの愛称は「うおぬま・米^{まい}ねっと」です

「うおぬま・米ねっと」申込みを開始しました

魚沼医療圏での安全・安心な医療をサポートする仕組み『うおぬま・米ねっと』が平成26年4月から運用されます。利用は無料ですが、事前に申込みが必要です。（利用申込みの受付を平成25年12月から開始しました）

利用申込みは、米ねっと事務局で受け付けています。受付の際には本人確認ができるもの（運転免許証、保険証など）が必要です。詳しくは「米ねっと事務局」にお問い合わせください。

情報共有のイメージ

参加医療機関では、検査結果や薬の情報を共有できるようになります。



十日町市、魚沼市、南魚沼市、湯沢町、津南町にある病院、診療所、薬局のうち、米ねっとに参加している施設で診療情報が共有されます。

なお、参加医療機関については、今後、市報・ウェブサイトなどでお知らせしていきます。

【米ねっとのウェブサイト】

<http://www.uonuma-mynet.org/>

利用者にやさしい



①複数の医療機関で受診している場合でも、情報共有することで検査や投薬の重複を防ぎやすいので**経済的**だ。

②情報共有により、検査や投薬の情報が他の医療機関でも分かるので、**安心**して治療を受けられるぞ。

③利用料は**無料**なんだね。

これまで通り、お薬手帳は持参してください！

救急医療現場で速やかな対応



普段、飲んでいる薬や検査の結果が分かるので、いざという時に速やかな搬送・治療に役立ちます。

特定非営利
活動法人

魚沼地域医療連携ネットワーク協議会
(米ねっと事務局)

〒949-6680 南魚沼市六日町180番地1 南魚沼市役所本庁舎南分館内
TEL 025-788-0485

まい「米ねっと」は簡単に利用できます！

まずは申込み

1 米ねっと事務局など

興味のある人は、ぜひ
ご検討ください！

【同意書】
氏名 A
性別 男
生年月日 S11.3.16
年齢 77
住所 △市□町
ネットワークに参加します。

窓口へ

なにに？
申し込んでみよう！

利用申込み

本人確認のために、運転免許証・保険証
などを提示していただきます。

申込書を
提出

2 米ねっと事務局

登録・発送



【同意書】
氏名 A
性別 男
生年月日 S11.3.16
年齢 77
住所 △市□町
ネットワークに参加します。



診療情報は厳重に管理します。

米ねっとカードを提示しない医療機関では
診療情報は参照できません!!

米ねっとカードが送付される

3 自宅

平成26年3月下旬、自宅に米ね
っとカードが届く

これまでの診察券や保険証と一緒
に「米ねっとカード」を持参して
下さい。

米ねっとカードが
届いた。
いつものクリニックに次の診察時に
持っていこう！



米ねっとカードを
持参する

4 米ねっと参加医療機関にて

受付



まい
米ねっとを
利用します。

カードを提示

診察室



カードを
提示

本日の診療情報は米ねっとで共有されます。次回以降の来院時や他の医療機関へ行ったときに、米ねっとカードを医師に見せると本日の診療情報を見ながら診察を受けられますよ。

平成26年4月以降は米ねっとカードを
参加医療機関で見せる

南魚沼市内の空間放射線量の 測定結果をお知らせします

図総務課 防災庶務班
☎773-6660

市では、平成23年度から放射線測定器「サーベイメーター」を使い、市内の小中学校のグラウンド、保育園の園庭、市の公園などの空間線量を測定しています。平成25年度の測定結果は、次のとおりです。

北辰小学校の5月の測定で通常の測定値を越えていましたが、サーベイメーターの測定値が、モニタリングポストに比べて3割程度高めの数値を示すことを考慮すると、通常の測定値の範囲と考えられます。

市では、今後も放射線量の測定などの対応を継続していきます。

●小中学校・幼稚園

| 番号 | 測定場所 | 測定日 | 天候 | 測定結果 (μSv/h) | | | 番号 | 測定場所 | 測定日 | 天候 | 測定結果 (μSv/h) | | |
|----|---------------|--------|----|--------------|--------|-------|----|---------|--------|----|--------------|--------|-------|
| | | | | 地上10cm | 地上50cm | 地上1m | | | | | 地上10cm | 地上50cm | 地上1m |
| 1 | 三用小学校 | 11月22日 | 小雨 | 0.128 | 0.126 | 0.120 | 14 | 第二上田小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.102 | 0.096 | 0.096 |
| | | 8月29日 | 晴れ | 0.126 | 0.128 | 0.132 | | | 8月28日 | 曇り | 0.104 | 0.096 | 0.090 |
| | | 5月16日 | 曇り | 0.120 | 0.122 | 0.114 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.110 | 0.104 | 0.100 |
| 2 | 赤石小学校 | 11月22日 | 小雨 | 0.114 | 0.112 | 0.110 | 15 | 栃窪小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.096 | 0.088 | 0.084 |
| | | 8月29日 | 晴れ | 0.110 | 0.112 | 0.108 | | | 8月28日 | 曇り | 0.086 | 0.086 | 0.082 |
| | | 5月16日 | 曇り | 0.114 | 0.110 | 0.108 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.092 | 0.090 | 0.088 |
| 3 | 浦佐小学校 | 11月25日 | 曇り | 0.120 | 0.120 | 0.112 | 16 | 塩沢小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.130 | 0.126 | 0.124 |
| | | 8月29日 | 晴れ | 0.116 | 0.120 | 0.120 | | | 8月28日 | 曇り | 0.128 | 0.124 | 0.120 |
| | | 5月15日 | 曇り | 0.130 | 0.122 | 0.126 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.130 | 0.126 | 0.120 |
| 4 | 大崎小学校 | 11月22日 | 小雨 | 0.096 | 0.094 | 0.092 | 17 | 中之島小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.128 | 0.126 | 0.124 |
| | | 8月29日 | 晴れ | 0.110 | 0.106 | 0.102 | | | 8月28日 | 曇り | 0.124 | 0.124 | 0.122 |
| | | 5月15日 | 晴れ | 0.102 | 0.098 | 0.096 | | | 5月8日 | 曇り | 0.124 | 0.130 | 0.128 |
| 5 | 後山小学校 | 11月20日 | 小雨 | 0.076 | 0.078 | 0.078 | 18 | 石打小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.122 | 0.120 | 0.114 |
| | | 8月29日 | 晴れ | 0.068 | 0.066 | 0.068 | | | 8月28日 | 曇り | 0.124 | 0.124 | 0.120 |
| | | 5月15日 | 晴れ | 0.070 | 0.072 | 0.066 | | | 5月8日 | 曇り | 0.126 | 0.124 | 0.122 |
| 6 | 藪神小学校 | 11月25日 | 曇り | 0.116 | 0.114 | 0.108 | 19 | 上関小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.120 | 0.122 | 0.120 |
| | | 8月29日 | 晴れ | 0.116 | 0.112 | 0.124 | | | 8月28日 | 曇り | 0.124 | 0.120 | 0.116 |
| | | 5月15日 | 晴れ | 0.122 | 0.116 | 0.120 | | | 5月8日 | 曇り | 0.114 | 0.114 | 0.118 |
| 7 | 城内小学校 | 11月21日 | 曇り | 0.078 | 0.078 | 0.072 | 20 | 大和中学校 | 11月25日 | 曇り | 0.104 | 0.102 | 0.100 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.088 | 0.082 | 0.084 | | | 8月29日 | 晴れ | 0.110 | 0.110 | 0.112 |
| | | 5月15日 | 晴れ | 0.080 | 0.076 | 0.080 | | | 5月15日 | 曇り | 0.118 | 0.114 | 0.116 |
| 8 | 五日町小学校 | 11月22日 | 曇り | 0.130 | 0.128 | 0.128 | 21 | 城内中学校 | 11月21日 | 曇り | 0.104 | 0.102 | 0.100 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.128 | 0.128 | 0.124 | | | 8月28日 | 曇り | 0.100 | 0.098 | 0.098 |
| | | 5月15日 | 晴れ | 0.134 | 0.134 | 0.138 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.116 | 0.116 | 0.116 |
| 9 | 大巻小学校 | 11月21日 | 小雨 | 0.134 | 0.134 | 0.130 | 22 | 大巻中学校 | 11月22日 | 曇り | 0.090 | 0.088 | 0.090 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.140 | 0.136 | 0.134 | | | 8月28日 | 曇り | 0.092 | 0.090 | 0.090 |
| | | 5月15日 | 晴れ | 0.154 | 0.144 | 0.146 | | | 5月15日 | 曇り | 0.106 | 0.104 | 0.100 |
| 10 | 五十沢小学校・五十沢中学校 | 11月21日 | 晴れ | 0.128 | 0.132 | 0.124 | 23 | 六日町中学校 | 11月21日 | 曇り | 0.084 | 0.080 | 0.080 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.126 | 0.126 | 0.128 | | | 8月28日 | 曇り | 0.094 | 0.088 | 0.086 |
| | | 5月14日 | 晴れ | 0.134 | 0.132 | 0.136 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.100 | 0.100 | 0.096 |
| 11 | 北辰小学校 | 11月21日 | 晴れ | 0.150 | 0.144 | 0.142 | 24 | 塩沢中学校 | 11月20日 | 曇り | 0.102 | 0.100 | 0.102 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.138 | 0.134 | 0.132 | | | 8月28日 | 曇り | 0.104 | 0.102 | 0.096 |
| | | 5月14日 | 晴れ | 0.160 | 0.158 | 0.152 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.110 | 0.104 | 0.106 |
| 12 | 六日町小学校 | 11月21日 | 曇り | 0.082 | 0.078 | 0.084 | 25 | 総合支援学校 | 11月20日 | 小雨 | 0.070 | 0.070 | 0.080 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.088 | 0.098 | 0.080 | | | 8月28日 | 曇り | 0.110 | 0.100 | 0.100 |
| | | 5月14日 | 晴れ | 0.098 | 0.098 | 0.098 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.125 | 0.130 | 0.135 |
| 13 | 第一上田小学校 | 11月20日 | 曇り | 0.122 | 0.120 | 0.120 | 26 | 六日町幼稚園 | 11月21日 | 曇り | 0.108 | 0.110 | 0.106 |
| | | 8月28日 | 曇り | 0.110 | 0.110 | 0.106 | | | 8月28日 | 曇り | 0.106 | 0.102 | 0.098 |
| | | 5月14日 | 晴れ | 0.118 | 0.112 | 0.114 | | | 5月14日 | 晴れ | 0.104 | 0.106 | 0.106 |

【測定に関する共通事項】

1. 測定結果は、グラウンドなどの四隅と中央の5か所を測り、その平均値です。
2. 通常測定値は、0.016～0.16 $\mu\text{Sv/h}$ 程度（平成17～21年度における柏崎刈羽原子力発電所周辺地域の測定結果。地上1.5mで測定。）
3. サーベイメーターは、人体の被ばく管理のため最も放射線に敏感な皮膚下の数値に補正したうえで表示されます。このため、サーベイメーターの測定値は、モニタリングポスト測定値に対して3割程度高めになる傾向があります。
4. 数値は、天候に左右されます。雨の場合は高くなる傾向があります。

● 保育園

| 番号 | 測定場所 | 測定日 | 天候 | 測定結果 ($\mu\text{Sv/h}$) | | | 番号 | 測定場所 | 測定日 | 天候 | 測定結果 ($\mu\text{Sv/h}$) | | |
|----|----------|-------|----|---------------------------|--------|-------|----|---------|-------|----|---------------------------|--------|-------|
| | | | | 地上10cm | 地上50cm | 地上1m | | | | | 地上10cm | 地上50cm | 地上1m |
| 1 | 三用保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.120 | 0.116 | 0.110 | 14 | めぐみ野保育園 | 10月9日 | 晴れ | 0.112 | 0.100 | 0.092 |
| | | 8月13日 | 晴れ | 0.128 | 0.128 | 0.118 | | | 8月13日 | 晴れ | 0.112 | 0.116 | 0.104 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.122 | 0.116 | 0.112 | | | 5月23日 | 晴れ | 0.112 | 0.110 | 0.108 |
| 2 | 赤石保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.106 | 0.100 | 0.094 | 15 | 野の百合保育園 | 10月9日 | 晴れ | 0.076 | 0.072 | 0.070 |
| | | 8月13日 | 晴れ | 0.104 | 0.102 | 0.096 | | | 8月13日 | 晴れ | 0.072 | 0.072 | 0.072 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.100 | 0.096 | 0.098 | | | 5月23日 | 晴れ | 0.074 | 0.072 | 0.072 |
| 3 | 大崎保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.104 | 0.102 | 0.096 | 16 | 下長崎保育園 | 10月8日 | 曇り | 0.110 | 0.106 | 0.098 |
| | | 8月13日 | 晴れ | 0.110 | 0.110 | 0.106 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.118 | 0.114 | 0.114 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.106 | 0.102 | 0.098 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.118 | 0.120 | 0.110 |
| 4 | 藪神保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.108 | 0.096 | 0.090 | 17 | 上長崎保育園 | 10月8日 | 曇り | 0.118 | 0.114 | 0.114 |
| | | 8月13日 | 晴れ | 0.104 | 0.102 | 0.098 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.126 | 0.122 | 0.124 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.112 | 0.112 | 0.102 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.120 | 0.120 | 0.114 |
| 5 | 浦佐認定こども園 | 10月8日 | 晴れ | 0.102 | 0.096 | 0.088 | 18 | 塩沢保育園 | 10月9日 | 晴れ | 0.090 | 0.088 | 0.086 |
| | | 8月13日 | 晴れ | 0.098 | 0.102 | 0.098 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.092 | 0.092 | 0.092 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.110 | 0.104 | 0.102 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.096 | 0.102 | 0.098 |
| 6 | 上原保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.120 | 0.110 | 0.104 | 19 | 中保育園 | 10月9日 | 曇り | 0.114 | 0.108 | 0.102 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.128 | 0.124 | 0.120 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.114 | 0.106 | 0.104 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.130 | 0.118 | 0.120 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.116 | 0.114 | 0.112 |
| 7 | あおば保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.092 | 0.086 | 0.084 | 20 | 大木六保育園 | 10月8日 | 曇り | 0.140 | 0.140 | 0.132 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.106 | 0.094 | 0.094 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.142 | 0.146 | 0.136 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.102 | 0.100 | 0.096 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.144 | 0.140 | 0.136 |
| 8 | 五日町保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.106 | 0.096 | 0.094 | 21 | 舞子保育園 | 10月9日 | 晴れ | 0.114 | 0.114 | 0.106 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.104 | 0.098 | 0.098 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.114 | 0.116 | 0.114 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.098 | 0.090 | 0.092 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.120 | 0.116 | 0.114 |
| 9 | 四十日保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.118 | 0.108 | 0.096 | 22 | 石打保育園 | 10月9日 | 曇り | 0.086 | 0.084 | 0.082 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.120 | 0.116 | 0.112 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.096 | 0.092 | 0.082 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.114 | 0.108 | 0.102 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.098 | 0.094 | 0.090 |
| 10 | 宮保育園 | 10月8日 | 曇り | 0.094 | 0.090 | 0.088 | 23 | 上関保育園 | 10月9日 | 曇り | 0.122 | 0.110 | 0.104 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.104 | 0.100 | 0.094 | | | 8月14日 | 晴れ | 0.114 | 0.116 | 0.116 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.092 | 0.096 | 0.094 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.126 | 0.118 | 0.112 |
| 11 | 西五十沢保育園 | 10月8日 | 晴れ | 0.116 | 0.114 | 0.110 | 24 | わかば保育園 | 10月9日 | 曇り | 0.070 | 0.070 | 0.066 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.130 | 0.130 | 0.114 | | | 8月13日 | 晴れ | 0.076 | 0.076 | 0.072 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.130 | 0.124 | 0.118 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.074 | 0.072 | 0.076 |
| 12 | 八幡保育園 | 10月9日 | 晴れ | 0.128 | 0.118 | 0.114 | 25 | 金城保育園 | 10月9日 | 曇り | 0.092 | 0.090 | 0.086 |
| | | 8月14日 | 晴れ | 0.130 | 0.128 | 0.120 | | | 8月13日 | 晴れ | 0.090 | 0.090 | 0.086 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.132 | 0.126 | 0.122 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.096 | 0.096 | 0.092 |
| 13 | 上町保育園 | 10月9日 | 晴れ | 0.100 | 0.096 | 0.088 | | | | | | | |
| | | 8月13日 | 晴れ | 0.096 | 0.092 | 0.088 | | | | | | | |
| | | 5月23日 | 晴れ | 0.104 | 0.102 | 0.092 | | | | | | | |

● 公園

| 番号 | 測定場所 | 測定日 | 天候 | 測定結果 (μSv/h) | | | 番号 | 測定場所 | 測定日 | 天候 | 測定結果 (μSv/h) | | |
|----|----------------------|-------|----|--------------|--------|------|----|----------------|-------|----|--------------|--------|------|
| | | | | 地上10cm | 地上50cm | 地上1m | | | | | 地上10cm | 地上50cm | 地上1m |
| 1 | 大原運動公園 (多目的グラウンド) | 9月11日 | 晴れ | 0.13 | 0.12 | 0.12 | 15 | 六日町駅東口 駅前広場 | 9月12日 | 晴れ | 0.07 | 0.07 | 0.07 |
| | | 5月24日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.12 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.07 | 0.07 | 0.07 |
| 2 | 大原運動公園 (テニスコート) | 9月11日 | 晴れ | 0.09 | 0.09 | 0.09 | 16 | 中央児童公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.13 | 0.12 | 0.12 |
| | | 5月24日 | 晴れ | 0.08 | 0.08 | 0.08 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.14 | 0.13 | 0.13 |
| 3 | 登川河川公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.11 | 0.10 | 0.09 | 17 | 五日町公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.10 | 0.10 | 0.09 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.11 | 0.11 | 0.11 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.11 |
| 4 | 塩沢駅前緑地 | 9月12日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.11 | 18 | さくり親水 公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.09 | 0.09 | 0.08 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.11 | 0.10 | 0.10 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.11 | 0.10 | 0.10 |
| 5 | 駅西児童公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.10 | 0.10 | 0.10 | 19 | 田崎緑地 | 9月11日 | 晴れ | 0.13 | 0.13 | 0.12 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.11 | 0.11 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.15 | 0.15 | 0.11 |
| 6 | 小栗山公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.12 | 20 | 宮児童公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.13 | 0.12 | 0.12 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.13 | 0.13 | 0.12 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.13 | 0.13 | 0.13 |
| 7 | かまくら 桜ヶ丘公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.09 | 0.09 | 0.09 | 21 | 健康の杜公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.10 | 0.10 | 0.10 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.10 | 0.09 | 0.09 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.11 | 0.11 | 0.10 |
| 8 | 北原公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.12 | 0.11 | 0.11 | 22 | 浦佐袋田 児童公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.12 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.13 | 0.12 | 0.11 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.14 | 0.14 | 0.13 |
| 9 | 塩沢中央公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.12 | 0.11 | 0.11 | 23 | 浦佐前島 児童公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.12 | 0.11 | 0.11 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.09 | 0.09 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.13 | 0.13 | 0.13 |
| 10 | 上町公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.11 | 0.10 | 0.10 | 24 | 浦佐駅東口 児童公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.10 | 0.10 | 0.09 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.11 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.11 | 0.12 |
| 11 | 仲町児童公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.11 | 0.11 | 0.11 | 25 | 浦佐中島 児童公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.12 | 0.11 | 0.10 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.11 | 0.10 | 0.11 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.13 | 0.13 | 0.12 |
| 12 | 銭淵公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.10 | 0.10 | 0.09 | 26 | 浦佐上島 児童公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.10 | 0.10 | 0.10 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.11 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.12 | 0.12 | 0.11 |
| 13 | 美佐島 河川公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.13 | 0.12 | 0.11 | 27 | 浦佐駅東口 広場 | 9月11日 | 晴れ | 0.07 | 0.07 | 0.07 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.14 | 0.13 | 0.13 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.08 | 0.08 | 0.07 |
| 14 | 美佐島 児童公園 | 9月12日 | 晴れ | 0.11 | 0.11 | 0.11 | 28 | ふれいパーク 水無公園 | 9月11日 | 晴れ | 0.09 | 0.08 | 0.08 |
| | | 5月22日 | 晴れ | 0.13 | 0.11 | 0.12 | | | 5月22日 | 晴れ | 0.10 | 0.09 | 0.09 |

小中学校の汚泥・枯草などの空間放射線量の測定結果

市では市内の小中学校の汚泥・枯草などの堆積物について、地表面（地上10cmの高さ）で空間線量を測定しました。その中で、0.3μSv/h以上を計測した地点については、環境省の除染措置のガイドラインに基づいた汚染土壌の除染（遮水処理を施した上で土中に埋め、覆土する）を行い、除染後の測定値はほぼ通常の範囲内となりました。

● 汚泥・枯草等の除染後の測定結果

(単位：マイクロシーベルト／時間)

| 施設名 | 測定日 | 測定値 | 測定地点 | 除染後測定値 | 対応 |
|-------|-------|--------|---------|--------|----------|
| | | 地上10cm | | 地上10cm | |
| 赤石小学校 | 5月23日 | 0.60 | 土砂等堆積場① | 0.20 | 敷地内で除染実施 |
| | | 0.40 | 土砂等堆積場② | 0.16 | 〃 |
| 藪神小学校 | 5月27日 | 0.40 | 枯草等堆積場① | 0.13 | 〃 |
| | | 0.35 | 枯草等堆積場② | 0.14 | 〃 |
| 大和中学校 | 5月15日 | 0.87 | 枯草等堆積場① | 0.10 | 〃 |
| | | 1.20 | 枯草等堆積場② | 0.11 | 〃 |

文化財防火訓練

1月26日は文化財防火デーです。貴重な文化財を火災などから守るため、文化財防火訓練を実施します。

日 1月26日(日) 午前9時30分～

会 寺尾「正眼寺」

他 消防車による放水を行います。会場周辺は道路が混みますので、十分ご注意ください。

問 消防本部消防団係

☎ 782-0860

社会保険料控除資料の発送

平成25年中の国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付額をお知らせする「社会保険料控除資料」を1月25日ごろに発送します。所得税の確定申告や、市・県民税の申告にご利用ください。※昨年中に年末調整用に資料を請求された人(事業所で一括請求を含む)には郵送しません

問 税務課収税班

☎ 773-6669

「介護認定を受けている人へ」 税申告に使う「障害者控除対象者認定書」の発送

平成25年12月31日現在、65歳以上の要介護認定者で、「障害者」または「特別障害者」に該当する人(平成25年中に亡くなった人も含みます)に、「障害者控除対象者認定書」を1月20日ごろに発送します。

※要介護認定者でも基準に該当しない場合は、障害者控除の対象になりません

※控除額などの内容は税務課

(☎ 773-6668)にご確認ください

問 介護保険課 介護保険係

☎ 773-6675

小千谷税務署からのお知らせ

1. 「住宅借入金等特別控除」の申告相談会開催

平成25年中に住宅を新築、購入して入居した人、増築をした人

日 2月5日(水)・6日(木)

午前10時～11時、午後1時～3時

会 南魚沼地域振興局1階講堂 必要書類

① 確定申告書作成のために必要な書類

- ・ 源泉徴収票(給与・年金所得者など)
- ・ 収支内訳書(事業・農業所得者など)
- ・ 社会保険料、生命保険料、地震保険料などの控除資料
- ・ 印かん、口座番号の控えなど

② 住宅借入金等特別控除を受けるために必要な書類

- ・ 家屋、土地などの登記事項証明書
- ・ 工事請負契約書など、取得価格がわかる書類の写し
- ・ 住民票(平成26年1月以降交付のもの)
- ・ 借入金の年末残高証明書
- ・ 増改築の場合「建築確認済証(検査済証)」の写しか、建築士が発行した「増改築等工事証明書」

2. 年金所得者の確定申告不 要制度

平成23年分以後の各年分で、公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合には、所得税の確定申告は必要

ありません。

※所得税の確定申告が必要な場合でも、市・県民税の申告が必要な場合があります

※所得税の還付を受ける場合や、確定申告書の提出が要件となっている控除(純損失や雑損失の繰越控除など)の適用を受ける場合には、確定申告書の提出が必ず要です

詳しくは、小千谷税務署にお問い合わせください

問 小千谷税務署

☎ 0258-83-2090

人権なんでも相談所 相談無料、秘密厳守

日 2月2日(日) 午後1時～4時

会 東地域開発センター(茗荷沢)

相談担当 人権擁護委員

行方幸恵(一村尾)

☎ 777-4831

中島澄江(大崎)

☎ 779-2641

島村 弘(浦佐)

☎ 777-2554

廣田芳克(門前)

☎ 779-3313

問 法務局 南魚沼支局

☎ 772-3742

確定申告のための電子 証明書の取得はお早めに

確定申告開始直前や確定申告期間中は、市民課の窓口が混み合い、待ち時間が長くなることが予想されます。

電子証明書の取得と格納に必要な住民基本台帳カード(以下、「住基カード」)の取得手続きは、早めに済ませてください。

※詳細は市民課へ問合せください

問 市民課 ☎ 773-6661

住基カードと電子証明書の申請方法

| | 住基カード | 電子証明書 |
|-------|--|--------|
| 窓 口 | 本庁舎市民課、大和市民センター、塩沢市民センター | |
| 受付時間 | 月～金 8:30～17:00(祝日を除く) | |
| 有効期間 | 交付から10年 | 発行から3年 |
| 必要 なの | 顔写真がある公的な身分証明書(運転免許証・パスポートなど)代理申請や顔写真付き身分証明書で本人確認ができない人は、本人確認のため再来庁していただきます ※住基カードに必要な顔写真は、各庁舎で無料撮影できます | |
| 手 数 料 | 500円 ※満65歳以上で運転免許証を自主返納した人は無料(1か月以内の「申請による運転免許の取消通知書」が必要) | 500円 |
| 交付時間 | 本庁舎(約30分)大和・塩沢市民センター(約1週間) 有効な住基カードを持っている人で、電子証明書の発行を受けられる場合は、全ての庁舎とも要する時間は約20分。 | |

学童クラブ指導員 など募集中

現在、市から委託され市内12の学童クラブを運営しているNPO法人すまいるネット南魚沼では、指導員と臨時職員を募集しています。いずれも年齢・資格不問です。

勤務地・勤務時間など詳細は電話で問い合わせください。
問 NPO法人すまいるネット
 南魚沼事務局
 ☎777-2834

心豊かな子育て教室

冬こそ元気に出かけよう！
 気楽に参加してみてね。初めての人、里帰り中の人、上の子を連れて来た人、みんな大歓迎です！

城内地区第4回「そだち学級」

日 1月26日(日)
 午前10時～11時30分
 ※受付は午前9時30分～

会 城内地域開発センター
内 みんなで豆まき

日 2月1日(土)
 午前10時～11時20分
 ※受付は午前9時45分～

大巻地区第3回「そだち学級」

会 大巻地域開発センター
内 みんなで元気に鬼はそと！
大和地域第4回「そだち学級」

日 2月1日(土)
 午前10時～11時30分
 ※受付は午前9時30分～

会 大和公民館
内 楽しい豆まき♪鬼はそと
第3回「親子サロン」

日 1月28日(火)
 午前10時～11時30分
 ※受付は午前9時30分～

会 市民会館
内 みんなで楽しく豆まきしよう♪
 ティータイムもあります

● **共通事項**
対 0～3歳の乳幼児とその保護者など

¥ 無料(保険料一人10円負担)
申 不要。直接会場におこしく
 ださい。住所と違う地区へも参加できます。

※動きやすい服装でおこしく
 ださい

※教室を手伝っていただけ
 ボランティア募集中です

問 子ども・若者育成支援セン
 ター ☎773-6611

ボート免許の更新講習会開催

船舶免状の更新講習会を行

います。
対 2月23日～平成27年2月23
 日の間に有効期限を迎える
 人(免状を失効、紛失した
 人もご連絡ください)

日 2月23日(日)午後1時～
 (2時間程度)

会 健康管理トレーニングセン
 ターヤッコム
 (ゆくパーク薬師となり)
 (魚沼市七日市新田641-1)

¥ 025-792-8731
 小型船舶操縦士1万円(税
 込み) ※失効の人は別途

申・問 奥只見観光(株)
 (山田・伊藤)
 ☎025-792-5384

信濃川・大河津分水 「写真コンテスト」の 入賞作品展示

国土交通省・北陸地方整備
 局・信濃川河川事務所では、
 信濃川と人との関わり・暮ら
 しをテーマとする写真を募集
 しました。昨年11月に決定し
 た今年度の入賞作品24点を展
 示します。

期 1月21日(火)午後～27日(月)午前
会 市民会館2階市民ギャラリー

借金問題相談会開催(無料)

新潟県司法書士会は南魚沼
 市と連携して、借金問題解決の
 サポートをしています。借金
 返済、多重債務でお悩みの
 人は、まずはご相談ください。
 法律の専門家が債務整理し
 て適正利率で利息を再計算す
 ると、過払い金が返還される
 場合や、月々の返済額が少な
 くなる場合があります。

相談は無料。相談内容は家
 族や勤務先に伝わることは一
 切ありません。
日 2月7日(金)
 午前11時～午後3時30分

会 ふれ愛支援センター
 1階 相談室

※予約は先着順で受け付けま
申・問 県司法書士会南魚沼市
 担当 小林
 ☎782-6101

民生委員担当区域の訂正

市報12月1日号9ページに
 記載されている、塩沢地域の
 民生委員の担当区域について

誤りがありました。
 左記のとおり訂正し、お詫
 びいたします。

【誤った内容】

| 氏名 | 住所 | 電話番号 | 担当区域 |
|-------|----------|----------|-------------------|
| 上村加代子 | 関167 | 783-2439 | 関の一部、 上一日市 |
| 林 喜美子 | 下一日市27-2 | 783-3311 | 下一日市、宮野下、大和 |

【正しい内容】

| 氏名 | 住所 | 電話番号 | 担当区域 |
|-------|----------|----------|------------------------------|
| 上村加代子 | 関167 | 783-2439 | 関の一部 |
| 林 喜美子 | 下一日市27-2 | 783-3311 | 上一日市 、下一日市、 宮野下、大和 |

問 福祉課 高齢福祉係
 ☎773-6667

と厚意に感謝します

南魚美術協会様から、第34
 回南魚美術協会チャリティ展
 の収益金ほか13,500円
 のご寄付をいただきました。
 山本努様(長岡市在住)か
 ら、10,000円のご寄付
 をいただきました。
 ご厚意に沿うよう有効に使
 わせていただきます。

南魚沼市民会館 受付8:30~17:15

1月の休館日【毎週月曜日(祝日の場合翌日)】

☎773-5500 FAX772-8161 ☎0120-150-142
URL <http://www.6bun.jp>

【冬期割引のお知らせ】

3月31日(月)まで、会場利用料と付属設備料が通常の8割相当額となります。

この機会に市民会館を利用してみませんか？

詳しくは市民会館までお問い合わせください。

※ただし営利目的などの催しは除きます

【夜間(無断) 駐車は禁止です】

冬期間は、除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・夜間駐車はご遠慮ください。

今泉記念館 開館9:00~17:00 (入館16:30まで)

1月の休館日【毎週水曜日】
※1階雪国交流館は無休

☎783-4500 FAX783-4883
入館料：一般500円/小中高250円

今泉記念館・アートステーション

常設展「棟方志功の世界」

板画は60代以降の棟方の作品を多く展示しています。豊満で力強い女性像、詩と画との結びつきの妙が際立ちます。膨大な数の作品を残し、72年の生涯を駆け抜けた棟方の作品をぜひご覧ください。

企画展

●「美人画 -美しき黒髪-」

展示作家 喜多川歌麿、歌川豊国、歌川国芳、竹久夢二、立石春美、月岡榮貴ほか

●「ノスタルジーと詩情」

福井良之助・西村龍介・成田禎介 版画展」

3人の画家が描いたヨーロッパの風景や城を中心に、繊細で美しい版画作品の展示です。

鈴木牧之記念館 開館9:00~16:30

1月の休館日【毎週火曜日】

☎・FAX782-9860
観覧料：大人500円/小中高250円(市内小中学生は無料)

◆牧之一言メモ⑩◆

『北越雪譜』出版社は？

当時は丁子屋文溪堂(ちょうじやぶんけいどう)という版元(出版社)が刷っていました。その後、「万笈閣(ばんきゅうかく)」・「寛裕舎(かんゆうしゃ)」・「雁金屋(かりがねや)」・「山口屋」などに代っています。

トミオカホワイト美術館 開館10:00~17:00 (入館16:30まで)

1月の休館日【水曜日】

☎775-3646 FAX775-3650
入館料：一般500円/小中高250円(市内の小中学生無料)
1月の市民無料の日：18日(土)・28日(火)

Snow Country(同時開催)富岡惣一郎の「富士山」

期 3月10日(月)まで

富岡の「白の世界」の集大成ともいえる今回の企画展『SnowCountry』は、70~90年代に描いた、厳しくも美しい雪国の風景35作で構成されています。



併せて、富岡が描いた『富士山』も展示しています。白い世界の

雪・日本海 A・B

美術館へぜひお越しください。

池田記念美術館 開館9:00~17:00 (入館16:30まで)

1月の休館日【毎週水曜日・28日(火)・30日(木)】

☎780-4080 FAX777-3815 URL <http://www.ikedart.jp>
入館料：大人500円/高校生以下無料

【展覧会】魚沼ベストショット展 Part III

期 1月27日(月)まで

魚沼に魅せられた写真家の皆さんが、それぞれ自慢のベストショットを出展し、素晴らしい魚沼地域の自然や風物を市内外にアピールしていく自然賛歌の展覧会です。魚沼人なら胸をなでおろすひとときがきっと過ごせると思います。



スポーツカード展示室 国技相撲の今昔

期 1月18日(土)~3月31日(月)

2014年の国技相撲を展望するため、幕内と十両を描いた「BBM2013大相撲カード」と大相撲歴代のスター力士を描いた「BBM2013大相撲カード レジェンド~GLORY~」を展示します。最新の幕内と十両を描いた「BBM2014大相撲カード」や、江戸時代の相撲錦絵の力士をカード化した「相撲錦絵カード」、相撲関連の貴重な資料も展示予定です。

【次回展覧会】第6回 風展

期 1月31日(金)~2月24日(月)

25周年を迎えた六日町絵画講座の講座生とOBの作品展です。ベテランから初心者まで、制作を楽しんできた人たちです。肩の張らない誰でも分かる絵です。地元の実業家の作品をご鑑賞ください。

2月

にこにこ広場カレンダー



にこにこ広場は入園前のお友達が対象です。
各保育園のにこにこ広場にでかけてみませんか。

| 月 | 日 | 曜日 | 保育園名 | 電話番号 | 時間 | 内容 | 注意事項 |
|----|----|----|----------|----------|------------|------------|---|
| 2 | 4 | 火 | 上長崎 | 782-1184 | 9:45~10:45 | 一緒に遊ぼう | <ul style="list-style-type: none"> 参加は無料ですが、保険料(一人10円)の負担をお願いします。 お問い合わせは各保育園にお願いします。 |
| | 5 | 水 | 五日町 | 776-2155 | | 1、2歳児と遊ぼう | |
| | 12 | 水 | 三用 | 779-3051 | | お家ごっこを楽しもう | |
| | | | 大崎 | 779-2762 | 自由遊び | | |
| | | | 塩沢 | 782-1520 | 9:30~10:30 | みんなで遊ぼう | |
| | 13 | 木 | 藪神 | 777-2331 | 9:45~10:45 | 自由遊び | |
| | 14 | 金 | 大木六 | 782-1523 | | ごっこ遊び | |
| 19 | 水 | 赤石 | 779-3008 | 保育園で遊ぼう | | | |

公設民営・私立保育園

保育園あそびの広場

●詳しくは各施設にお問い合わせください

| 保育園名 | 電話番号 | 内容(日程) | 時間 |
|----------|----------|------------------|-------------|
| 浦佐認定こども園 | 777-5560 | 自由来館 | 月~土曜日 |
| | | 外で遊ぼう | 毎週月曜日 |
| | | 絵本で遊ぼう | 毎週火曜日 |
| | | 作って遊ぼう | 毎週水曜日 |
| | | 歌って遊ぼう | 毎週金曜日 |
| | | 園庭・保育室で遊ぼう | 毎週土曜日 |
| | | 身体測定 | 毎月第3火曜日 |
| 誕生日会 | 毎月第4金曜日 | | |
| 上町 | 773-6187 | 英語で遊ぼう | 毎月第2木曜日 |
| | | めぐみちゃん | 毎月第4木曜日 |
| めぐみ野 | 773-5257 | にこにこデー | 毎週火・木曜日 |
| | | おたのしみ会 | 毎月第2木曜日 |
| | | お誕生会・身体測定 | 毎月最終木曜日 |
| 野の百合 | 772-2627 | 支援センター開放 | 毎週月~土曜日 |
| | | 身体測定 | 毎週月曜日 |
| | | ひよこ学級 | 毎週火曜日 |
| | | ひよこちゃんデー | 毎週水・木曜日 |
| | | お誕生会・給食試食会 | 毎月開催 |
| | | 運動遊び | 毎週金曜日 |
| わかば | 778-2036 | マタニティサロン | 13:30~15:00 |
| | | わくわくコーナー(園開放) | 毎週水曜日 |
| 金城 | 788-1661 | 親子保育体験日 | 月2回 |
| | | にこにこクラブ | 毎週水曜日 |
| | | 自由来館(ランチルームあります) | 毎日 |
| | | お話広場・すくすくクラブ | 月2回ずつ月曜日 |
| | | 親子料理教室・親子保育園体験 | 月2回ずつ火曜日 |
| | | アロマ講座・手作り広場 | 月2回ずつ木曜日 |
| | | ピラティス教室・みのりクラブ | 月2回ずつ金曜日 |
| | | 子ども料理教室 | 2月9日(日)予定 |

※むいかまちこども園(☎772-4577)でもいろいろな計画をしています



2月

乳幼児健診等の日程



問 保健課 ☎ 773-6811

*発熱などの風邪症状がある人の健診や教室参加は、自粛してください。

市北部 (大和地域、大巻・城内・五十沢地区)

★会場 健友館2階 (大和病院となり)

| 事業 | 対象 | 期日 | 受付時間 |
|------------------------|--|----------|-------------|
| 4か月児健診 | 25年10月生 | 2月25日(火) | 9:00~9:10 |
| 10か月児健診 | 受診票を使って医療機関で受けましょう! BCG接種期限まであと2か月です! | | |
| 1歳児歯科健診 フッ化物塗布 | 25年1月生 | 2月19日(水) | 13:00~13:10 |
| 1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布 | 24年7月生 | 2月3日(月) | 13:00~13:10 |
| 2歳児歯科健診 フッ化物塗布 | 24年1月生 | 2月21日(金) | 9:00~9:10 |
| 2歳半児歯科健診 フッ化物塗布 | 23年7月生 | 2月6日(木) | 13:00~13:10 |
| 3歳児健診・歯科 健診・フッ化物塗布 | 23年1月生 | 2月18日(火) | 9:00~9:10 |

市南部 (六日町地区、塩沢地域)

★会場 塩沢保健センター (塩沢庁舎となり)

| 事業 | 対象 | 期日 | 受付時間 |
|------------------------|--|----------|-------------|
| 4か月児健診 | 25年10月生 | 2月28日(金) | 13:00~13:10 |
| 10か月児健診 | 受診票を使って医療機関で受けましょう! BCG接種期限まであと2か月です! | | |
| 1歳児歯科健診 フッ化物塗布 | 25年1月生 | 2月26日(水) | 13:00~13:10 |
| 1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布 | 24年7月生 | 2月14日(金) | 13:00~13:10 |
| 2歳児歯科健診 フッ化物塗布 | 24年1月生 | 2月13日(木) | 13:00~13:10 |
| 2歳半児歯科健診 フッ化物塗布 | 23年7月生 | 2月12日(水) | 13:00~13:10 |
| 3歳児健診・歯科 健診・フッ化物塗布 | 23年1月生 | 2月27日(木) | 13:00~13:10 |

| | | | | | | | | |
|-------------------|----|---------------|----|--------|----|----------|------|-----------|
| もぐもぐ教室 (離乳食教室) | 会場 | ふれ愛支援 センター | 対象 | 25年7月生 | 期日 | 2月26日(水) | 受付時間 | 9:00~9:15 |
|-------------------|----|---------------|----|--------|----|----------|------|-----------|

- もぐもぐ教室は、予約が必要です。実施日の3日前までに、保健課にご連絡ください。
- お持ちいただくものは、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

にこにこ子育て

～家族みんなで、にこにこになろう!～

問 保健課 ☎ 773-6811

子どもとメディアについて

冬になると外出する機会も減り、家でテレビを見たり、ゲームで遊んだりする時間が多くなりがちです。親も子どももメディア漬けの生活に気をつけましょう。

●メディアの害

外遊びの機会を奪い、人との関わりや体験不足を招きます。運動不足や睡眠不足、コミュニケーション能力の低下などが生じ、心身の発達が遅れる子どももいます。また、自分をコントロールする脳の力(抑制力)の成熟が遅れ、脳の疲労でさらにその抑制力が弱くなります。そのため、「我慢ができない」「怒りっぽい」という行動につながります。

親がメディアに夢中であると、親子の会話や体験をとみにする時間が奪われます。また、子どもの安全に気配

りができず事故につながることもあります。

●日本小児科医会の5つの提言

- ①2歳までのテレビ・ビデオなどの視聴は控えましょう。
- ②授乳中、食事時のテレビ・ビデオなどの視聴はやめましょう。
- ③すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。1日2時間までを目安と考えます。テレビゲームは1日30分までを目安と考えます。
- ④子どもの部屋にはテレビ、ビデオなど、パソコンなどを置かないようにしましょう。
- ⑤保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

(日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会から)
※スマートフォンなどのゲームや動画視聴も同様です。絵本の読み聞かせ、外で雪遊び、ほのほの広場に遊びに行くなどして、元気いっぱいにご過ごしましょう。

育児学級のご案内

問 保健課 ☎ 773-6811

新米ママさん・パパさん大歓迎です。小児科医師によるとても身近な子育て情報をお伝えします。

- 日時 **2月20日(木)** 13:15~14:30 (受付13:00~13:15)
- 会場 **ふれ愛支援センター** (銭淵公園側玄関からお入りください)
- 対象 **平成25年11・12月生まれ**の子どもの両親(対象以外の乳児の両親も、参加可能です)
- 持ち物 母子手帳・バスタオル ※予約は不要です ※希望者は体重測定も可能です

救急医療当番 (1月18日～2月2日)

| 日付 | 診療科 | 受付時間 | 診療施設 | 電話番号 |
|-------------|-----|--------------|-------------|----------|
| 1/18 (土) | 内科 | 13:30～16:00 | 城内診療所 | 775-2009 |
| | | 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 |
| 19 (日) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | 外科 | 13:30～16:00 | 六日町病院 | 772-7111 |
| 25 (土) | 内科 | 13:30～16:00 | 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 |
| 26 (日) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | | 13:30～16:00 | 六日町病院 | 772-7111 |
| | 外科 | 18:00～翌朝6:00 | ゆきぐに大和病院 | 777-2111 |
| 2/1 (土) | 内科 | 13:30～16:00 | 湯沢町保健医療センター | 780-6543 |
| | | 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 |
| 2 (日) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | | 13:30～16:00 | 六日町病院 | 772-7111 |
| | 外科 | 18:00～翌朝6:00 | 六日町病院 | 772-7111 |

※必ず受診前に電話で症状を伝え、対応が可能か確認してください。
 ※他の医療機関で処方されたお薬や市販薬を服用されている人は、お薬手帳や服用しているお薬をお持ちください。
 ※乳幼児の受診の場合は母子手帳をお持ちください。

◎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。

★市消防本部のテレホンガイド

☎782-1991で、週の当番を確認できます。
 (変更する場合があります。確認してからご利用ください。)

◎医療機関の適切な利用にご協力をお願いします

通常の外来診療時間は検査技師・薬剤師などのスタッフも揃っているため、夜間より適切な治療が行えます。できるだけ通常の診療時間内に受診しましょう。また、「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。手術などで総合病院の受診が必要になっても紹介状によりスムーズに受診できます。

心配ごと相談

第1・第3月曜日 13:30～16:00 働く婦人の家
 毎週水曜日 13:30～16:00 本庁舎
 第2・第4金曜日 13:30～16:00

塩沢老人福祉センター

※市役所休業日はお休みさせていただきます。

☎ 南魚沼市社会福祉協議会 ☎773-6911

不登校やひきこもりなどの不安やお悩みは「子ども・若者育成支援センター」へ 月～金曜日(祝日・年末年始除く)

- 義務教育期の教育相談 ☎773-3177 9:00～16:30
- ニート・ひきこもり相談 ☎773-6616 9:00～17:00

南魚沼市図書館 休館のお知らせ

平成26年6月1日に、六日町駅前ショッピングセンター「ララ」内に新図書館が誕生します。

市民会館内の図書館は、3月1日から引越し作業とオープン準備のため、休館します。

休館：平成26年3月1日(土)～5月31日(土)

※大和図書室・塩沢図書室は通常開館していますので、ご利用ください。

☎南魚沼市図書館 ☎773-6677

みんなの図書館

- 南魚沼市図書館 (市民会館内2階) ☎773-6677
- 大和図書室 (大和公民館内2階) ☎777-4671
- 塩沢図書室 (塩沢公民館内1・3階) ☎782-0100

新年のスタートはいつも慌ただしいです。今年は馬力のある良い年になるよう願うばかりです。

そろそろ皆さんも落ち着いた頃かと思えます。ゆっくりと読書を楽しみませんか。

●新着図書

よみもの

- ・黒書院の六兵衛 上・下 浅田 次郎
- ・黎明に起つ 伊東 潤
- ・ほろびぬ姫 井上 荒野
- ・雪まろげ 宇佐江真理
- ・はなとゆめ 沖方 丁
- ・ガンコロリン 海堂 尊
- ・猫を拾いに 川上 弘美
- ・黒田官兵衛 末國 善己
- ・獅子の城塞 佐々木 譲
- ・ジャーニー・ボーイ 高橋 克彦
- ・燃える家 田中 慎弥
- ・独走 堂場 瞬一
- ・潮鳴り 葉室 麟
- ・気骨稜々なり 火坂 雅志
- ・潜入調査 藤田 宜永
- ・まほろ駅前狂騒曲 三浦しをん
- ・天使の柩 村山 由佳
- ・こわせない壁はない 鎌田 實
- ・ヒトに問う 倉本 聰
- ・コリーニ事件 フェルディナント・フォン・シーラッハ

そのほか

- ・藤田浩子の絵本は育児書 藤田 浩子
- ・時代をつかむ！ブラブラ仕事術 尾関 憲一
- ・50歳からの勉強法 童門 冬二
- ・春夏秋冬江戸っ子の知恵 竹内 誠
- ・お母さんのためのハッピーコーチング 川井 道子
- ・伸び続ける子が育つ！お母さんへの60の言葉 高濱 正伸
- ・上大岡トメの常識のアナをふさげ!! 上大岡トメ
- ・科学の宝箱 TBSラジオ/編
- ・ネット依存症のことがよくわかる本 樋口 進
- ・100歳まで自分の歯を残す4つの方法 木野 孔司
- ・仕事力が上がる睡眠の超技法 菅原 洋平
- ・もっと野菜のミニおかず222 ベターホーム出版局
- ・みまもることば 石川 憲彦
- ・長い猫と不思議な家族 依布サラサ
- ・女優浅丘ルリ子咲きつづける 浅丘ルリ子