

市報

みなみ魚沼



「塩沢織物の機織り体験」

～きれいな織物になあれ～

おもな内容

- 各課からのお知らせ……………2
- 市長の一言日記……………3
- まなびのひろば……………12
- けんこうひろば……………17
- 掲示板……………19
- ニュースプラザ……………22



教育目標

やさしく たくましく

1950年(昭和25年)に、「大巻村立大巻小学校二部校」から「大巻村立五日町小学校」として独立しました。その年から数えて64周年の学校です。

「いつも子どもが主人公の学校」が学校運営の根幹です。一人ひとりの子どもが喜びや期待をもって登校し、主体的・意欲的に学習活動や諸活動に取り組めるよう、明るくさわやかで充実感あふれる学校づくりに努めています。

「わたしたちが国旗、校旗、児童会旗を掲揚して一日がスタートします」(5、6年生「笑顔ハッピー委員会」)



やさしく

人と関わり合うことを通じて、人間性豊かな心の教育を進めています。

今年度は、「学びあい」を取り入れた学習も進めています。

縦割り班で食べる“あかしあ班給食”。「6年生の班長さんは、優しくとてもうれしいよ」(1年生)



ペア学習やグループ学習を通して、人と関わり合いながら考えを深める学習を進めています。「友達の考え方のいいところを参考にし、面積を求めました」(4年生)



清掃も縦割り班。反省会では、がんばりをみんなで伝え合う「ほめほめタイム」を行っています。



放課後は3年生以上が全員で体力づくり。水泳・陸上・クロスカントリースキーに取り組みます。「6年生はとても速く泳ぐので、びっくりしました」(3年生)



たくましく

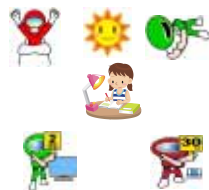
気力と体力を鍛えて学力向上。今年度は、睡眠時間の確保と家庭学習時間の充実から「元気」と「学力」の向上を目指す「G2アップ大作戦」を展開中！

毎週金曜日の朝は、全校朝マラソン。「1回目のタイムより速く走るぞ」(2年生)



五日町スキー場でのアルペンスキー授業。最終日には全校で大回転に挑戦します。

G2アップ大作戦 パーフェクトブック

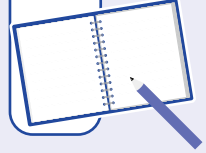


5年生 5年番 南魚沼市立五日町小学校

G2アップ大作戦のバイブル「パーフェクトブック」。これを活用して生活時間の作戦を立てます。



にいがた南魚沼市歩くスキーフェスティバルに全校でエントリーし、完走しました。



「公共事業は、地方に おいてのシビルミニアム」

早いもので今年もあとひと月となりました。昨年は3年ぶりに平年並みの降雪となりましたが、豪雪が続いた後であったことから少雪に感じられました。人の感覚とは思議なものです。スキー場の営業に支障がなく、里では少なく感じられるような冬であればと毎年願うところです。

さて、来年6月に開院予定の魚沼基幹病院を中心とする魚沼地域の医療再編は、確実に進んでいます。11月30日に、魚沼基幹病院への主要道となる国道17号浦佐バイパスが、魚沼市内において1.8kmが開通いたしました。上越魚沼地域振興快速道路として整備が進められている八箇峠道路は、十日町市八箇から南魚沼市野田までの6.6kmが平成29年度に開通し、十日町市方面からのアクセス向上が図られます。また、県立六日町病院に替わる南魚沼市民病院への主要道となる国道17号六日町バイパスは、既設開通区間から南魚沼市民病院付近までの0.7kmが来年中に開通します。これらの道路は、それぞれの病院への緊急搬送路として魚沼地域の「いのちの道」と

なるものですが、全線開通にはまだ時間を要します。市といたしましては、一日も早い整備完了となるよう要望を続けていきます。

来年度の国の予算概算要求総額は、101兆円を超え、過去最大となっております。その要因の一つが、「地方創生」という名を借りたバラマキ政策で、その代表格が公共事業であるとの批判的な報道が目につきます。しかし、公共事業がすべてバラマキであるというのは、短絡的すぎるのではないのでしょうか。

市内の代表的な公共道路事業は前述の3路線ですが、これらは市民の安全・安心を守るまさに「いのちの道」であり、まちづくりの基礎となるものです。

地方においての公共事業は、バラマキではなく、市民生活の向上とまちづくりを進めるために必要不可欠な最低限度の施設基準（シビルミニアム）です。今後も「地方創生には、公共事業による道路改良と河川改修が必要である」と声を大にして各機関に伝えなければならぬと考えています。



緊急車両の進入も難しい六日町市街地の道路



キルギス共和国

(公用語) キルギス語・ロシア語
(首都) ビシュケク
(面積) 198,500km²(84位)
(人口) 54万人
(GDP(PPP)) 115億ドル(139位)
(通貨) ソム(KGS)

*GDPは国内総生産のことで購買力平価説(PPP)により算出した数値です

国際大学留学生 お国自慢コーナー

シリーズ
第20回

～boast of my country～

「キルギス共和国」サダバリエヴ、アクジェルトイさん



【私の国はこんなところ】

キルギス共和国は、世界的に有名な山脈、氷河、湖に囲まれたとても美しい国です。万里の長城の建設、アジアにおけるイスラム教の広がり、ソビエト連邦の崩壊など、歴史上の重要なできごとにその歴史は密接な関りを持っています。

キルギスを訪れたら、国民食でもある麺料理「ベシュバルマク」、そして馬乳酒「クムズ」を必ず試してみてください。世界第2位の透明度を誇り、琵琶湖の9倍の面積を持ち、天山の真珠と呼ばれるイシク・クル湖観光と乗馬体験も忘れてはいけません。冬には標高3,000mを超えるスキー場で、スキーやスノーボードをすることもできます。

【南魚沼市に住んで感じた事】

日本での初めての地、南魚沼市は美しくて驚きにあふれたまちです。周囲の山々は、故郷を思い出させてくれます。スキーが大好きなので、昨シーズンは、六日町スキーリゾートと六日町八海山スキー場に行きました。今年は、他のスキー場にも行くつもりです。友人たちにもスキーと温泉を薦めています。夏には、とてもおいしくて、のどの渇きをいやしてくれる八色スイカが一番のお勧めです。

この冬も出動します

～道路の除雪作業に協力ください～



**作業時間は、
朝は7時30分まで、
夕方は5時30分まで**

冬の生活を確保する上で道路除雪作業は必要不可欠です。除雪車は原則として、10cm(歩道は20cm)以上の積雪があり、その後も降雪が続くと予想される場合に出動し、朝は7時30分、夕方は5時30分までに終了するように努め、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。理解と協力をお願いします。

機械除雪の注意点

- ①除雪作業中は、除雪車に近寄らないでください。子ども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除雪作業の支障とならないよう、道路上に張り出ている木は、枝おろしをしてください。
- ④道路沿線の田・空き地などでは、雪押し場や投雪場として、今年度も引き続き協力をお願いします。
- ⑤除雪作業による乗入れ口などの残雪処理は、個人でお願いします。
- ⑥除雪路線、消雪パイプ路線の雪庇落とし作業に皆さんからの協力をお願いします。危険箇所は、建設課に連絡ください。
- ⑦押雪や投雪で支障のある場所は、竹の棒などに赤い布などで目印を付けてください。(高さ4メートル程度あると、作業員が見つけやすくなります)
- ⑧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、交通事故の原因となります。
- ⑨歩道にビニールホースなどを敷設しないでください。歩道除雪の妨げとなり、子どもたちの通学などに影響します。



注意

流雪溝や道路用側溝の蓋を開放したまま放置しないでください。転落や破損など、事故の原因となります。蓋をしっかり閉めてください。

消雪パイプの注意点

- ①ノズル散水量の調整(散水距離20cm程度)を行ってください。
- ②定期的にパイプ末端のドレーン(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)は、送電が停止され、消雪パイプが停止します。

【問合せ】

- 市道
市役所 建設課 維持管理班
☎773-6674 [休日・夜間] ☎773-6660
- 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
☎784-1177

水道の冬じたくを お願いします

【問合せ】 水道課 水道業務係

☎774-3141

冬期間(12月～4月)は積雪のため
検針を行いません。この期間は、概
算料金で毎月請求します。

【Q】 冬期概算料金とは？

【A】 前年の使用水量から計算した料
金です。前年の冬期間使用量(前
年データがない場合は、直近の使
用水量)から、1か月あたりの水
量を認定します。認定水量をもと
に計算した料金が、冬期概算料金
です。

【Q】 冬期概算料金は、どうすればわ
かるの？

【A】 1月上旬に「冬期認定通知書」を
郵送します。内容を確認ください。

【Q】 冬期概算料金の変更は可能で
すか？

【A】 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、
使用人数の増減などで使用水量の
変動が予想される場合は、自分で
認定水量を設定することも可能で
す。希望する人は、水道課に連絡
ください。

【Q】 冬期概算料金の精算はいつ？

【A】 6月です。来年5月に検針を再

開し、6月に精算をします。5月
の検針までに転居などで閉栓する
場合は、そのときに精算をします。
精算料金は「冬期精算通知書」を郵
送します。内容を確認ください。

【Q】 実際の使用量で料金を支払うに
は？

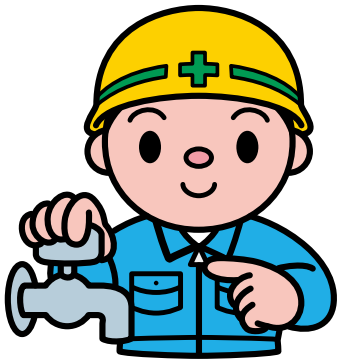
【A】 自分で水道メーターを検針し、
水道課に報告する自主検針が必要
です。希望する人は、水道課に問
い合わせください。

凍結による漏水に注意を

倉庫や作業所、地区の集会所など、
利用頻度が少ない施設などは、特に
注意が必要です。定期点検をし、漏
水を防いでください。

長期間水道を使用しないときは休止 手続きを

休止と再開の手続きには、手数料
がそれぞれ500円必要ですが、休
止期間中は水道料金が発生しませ
ん。



市内スキー場

共通リフト乗車証の販売

【問合せ・申込み】 商工観光課

☎773-6665

南魚沼市スキー場協議会の協力
で、共通シーズン券を販売します。
詳しくは、申込書・案内チラシを確
認ください。

対象と金額

市内の小・中学生…10,000円
市内に在住・在校する高校生…
15,000円(今年度の学生証
を持参のこと)

小・中学生のシーズン券購入の保護
者…1人目30,000円、2人目
15,000円(本人確認書類(保
護者本人)を持参のこと)

※代金は、事前に指定口座に振り込
みください

保護者の本人確認書類

- ① 運転免許証・パスポート・住基カー
ド(写真付き)・障がい者手帳・
官公署の身分証明書(写真付き)
- ② 保険証・介護保険被保険者証・年
金手帳・年金証書・住基カード(写
真なし)・学生証・社員証・診察券・
預金通帳

※①は1点、②は2点必要(コピー
不可)

申込みに必要なもの

申込書、振込を確認できるもの、
顔写真1枚【外寸…横35mm×縦45mm、
写真の顔のサイズ…頭頂部からあご
まで34±2mm、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、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
リゾート、五日町スキー場、八海山
麓スキー場

※小学生は、六日町八海山スキー場
を除くスキー場で利用できます

申込期限

平成27年3月13日(金)

※大和・塩沢市民センターでも申し
込み可能



平成27年度 国保の人間ドック助成受付開始

～対象は、市の国民健康保険(国保)の加入者です～

【問合せ・申込み】市民課 国保年金係 ☎773-6661

平成27年度 国保の人間ドック助成申請の受付を開始しました。希望する人は、左ページの申請書に必要事項を記入・押印し、申し込みください。(申請書のコピー可)

※提出期限までに提出しないと助成を受けられません

※住民健診を希望する人は、保健課が12月中旬に発送する「27年度 健診申込兼調査票」に記入し、保健課に申し込みください

【注意】①ドックと「市の住民健診」を両方受けることはできません

ただし、乳がん・子宮がん検診は、ドックで受けずに「市の住民健診」の検査対象になっている場合は、受けることができます。

②日程などは、検診機関と調整後に通知します。申込み状況で、希望月とならない場合もあります。

助成対象 ①～④の条件を全て満たした人

- ①昭和55年4月1日以前に生まれ、申請日から受診日まで継続して国保の資格がある
(後期高齢者医療制度の加入者は対象外。年度途中で保険証の変わる人は注意ください。8頁の補助金を利用ください)
- ②国民健康保険税の滞納がない
- ③検診結果を市が閲覧・管理・保存することに同意できる
- ④検診結果で特定保健指導が必要と判断された場合、その指導を受けることに同意できる

希望機関 ①～⑤の中からお選びください

- ①労働衛生医学協会 小出検診センター(バリウムのみ)
- ②ゆきぐに大和病院(胃カメラ:鼻・口)※受入数の減少あり
- ③城内診療所(バリウムのみ、乳がん・子宮がん検診なし)
- ④湯沢町保健医療センター(胃カメラ:口のみ、乳がん検診:乳腺超音波検査のみ)
- ⑤健康医学予防協会 長岡健康管理センター(胃カメラ:鼻・口)

※すべての検診機関で受入数に限りがあり、希望に応じられない場合があります

【PSA(前立腺がん検診)、肝炎ウイルス検診、乳がん検診、子宮がん検診はオプション検査】

実施期間 平成27年4月～平成28年3月

申込み 市民課 国保年金係、大和・塩沢市民センター(郵送・FAXでの受付はできません)

※提出時に受付証をお渡します

【参考】26年度の金額 ()内は胃カメラ検査に変更した金額

検診機関名	※ドック費用額 (26年度)	国保の助成額 (27年度)	差引個人負担額
小出検診センター ☎ 025-792-3365	38,880円 (バリウムのみ)	16,000円 	22,880円
ゆきぐに大和病院(健友館) ☎ 777-4477	38,800円 (43,800円)		22,800円 (27,800円)
城内診療所 ☎ 775-2009	32,400円 (バリウムのみ)		16,400円
湯沢町保健医療センター ☎ 785-5005	34,560円 (37,800円)		18,560円 (21,800円)
長岡健康管理センター ☎0258-28-3666	36,720円 (41,040円)		20,720円 (25,040円)

※平成27年度のドック費用額は3月末までに決まります

基本検査・オプション検査の内容・ドック開始日は、各検診機関に直接問い合わせください

南魚沼市 国民健康保険 人間ドック助成申請書

受付印

【希望する項目の□にチェック☑を記入してください】

●年齢は、平成27年4月1日現在で記入ください。

↓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、検診機関が検査結果を市に提供し、必要な場合は特定保健指導を受けることに同意します。(特定保健指導を拒否すると、人間ドック助成が受けられない場合があります) 平成 年 月 日

世帯主	住所	〒 949 - (アパート・マンション名)	
	氏名	南魚沼市	電話番号 - -

① 保険証の記号番号	南魚沼	個人コード	
氏名	生年月日	※年齢	性別
	昭和 年 月 日	歳	男・女
検診希望機関	送迎希望	送迎乗車場所	
<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"/> 大巻開発センター	
<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"/> 城内診療所			
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター			
<input type="checkbox"/> 長岡健康管理センター	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 大和庁舎	
胃の検査方法	<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)		
乳がん検診	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	子宮頸がん検診	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

② 保険証の記号番号	南魚沼	個人コード	
氏名	生年月日	※年齢	性別
	昭和 年 月 日	歳	男・女
検診希望機関	送迎希望	送迎乗車場所	
<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"/> 大巻開発センター	
<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"/> 城内診療所			
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター			
<input type="checkbox"/> 長岡健康管理センター	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 大和庁舎	
胃の検査方法	<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)		
乳がん検診	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	子宮頸がん検診	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

③ 保険証の記号番号	南魚沼	個人コード	
氏名	生年月日	※年齢	性別
	昭和 年 月 日	歳	男・女
検診希望機関	送迎希望	送迎乗車場所	
<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"/> 大巻開発センター	
<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"/> 城内診療所			
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター			
<input type="checkbox"/> 長岡健康管理センター	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 本庁舎 <input type="checkbox"/> 大和庁舎	
胃の検査方法	<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)		
乳がん検診	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	子宮頸がん検診	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

平成27年度後期高齢者医療 人間ドック費用補助金

【問合せ・申込み】
市民課 国保年金係
☎773-6661

後期高齢者医療の加入者で、対象条件を満たし、人間ドックを受診する人に補助金（償還払い）を支給します。

人間ドック受診前の申込みが必要です。

※申込み後に、請求方法を記載した通知を後日送付します

対象条件（すべてを満たすこと）

- ・南魚沼市の後期高齢者医療に加入している
- ・後期高齢者医療保険料の滞納がない
- ・平成27年度の住民健診を受診しない（住民健診と重複した場合、補助金の支給はできません）

対象受診期間

平成27年4月～平成28年3月

補助金額 10,000円

締切り 平成27年6月1日（月）

申込み

市民課 国保年金係

大和・塩沢市民センター

※電話での受付は、市民課 国保年金係のみ

注意事項 人間ドックの受診費用は、住民健診に比べて高額です。

人間ドック費用額や基本検査、オプション検査の内容は、受診希望の検診機関に問い合わせください。

所得税の確定申告書は 自宅で作成できます

【問合せ】 税務課 市民税係
☎773-6668

確定申告書は、自分で作成することが原則です。市役所に書き用の申告書も用意しますが、パソコンを使用している人には、国税庁ウェブサイトからの作成をお勧めします。
ウェブサイトでの作成のメリット

- 税務署や市役所の申告相談会場に行く必要がない
- インターネットに接続しているパソコンと、プリンターがあれば誰でも作成可能
- e・taxと違い、ICカードリーダーライターや公的個人認証付きの住基カードが不要
- ウェブサイトの手順とおりに入力すると、所得や税額が自動計算
- ウェブサイトの手順のとおりに入力しないと先に進めず、記入漏れや入力ミスがなくなる
- 収支内訳書や決算書も作成できる

確定申告書の提出方法

印刷した確定申告書を封筒に入れ、源泉徴収票や各種控除の資料、収支内訳書などの添付書類を同封し、提出してください。

提出場所（郵送可）

- ・小千谷税務署
- ・税務課、大和・塩沢市民センター
- ・市民会館多目的ホール（市の確定申告会場）

受付期間 平成27年2月16日（月）～3月16日（月）

※還付申告の受付は1月1日（木・祝）から

確定申告書は、「国税庁」で検索し、確定申告書作成コーナーから作成ください

※平成26年分の確定申告書は、1月上旬から作成可能

株式と住宅ローン 控除の申告は税務署へ

【問合せ】 税務課 市民税係
☎773-6668

市では、確定申告書を自分で作成できない人のために、毎年申告相談会を開催していますが、次に当てはまる場合は、税務署の申告相談会場か税理士（有料）に相談してください。市の申告相談会場では、相談に

応じることができません。（記載済みの確定申告書の提出は可能です）

市で相談に依じられない申告

- 株式の譲渡所得の申告
- 過去の株式の譲渡損失を繰越す申告

● 住宅借入金等特別控除（住宅ローン控除）で、1年目の申告
株式などの譲渡や住宅ローン控除申告の特別な取扱い

株式などの譲渡所得は、「分離課税の所得」とし、一般的な所得（事業、給与、年金など）とは区別されます。特に株式の譲渡は、上場・非上場、特定口座の有無などから複雑な申告となるため、税務署による対応となります。

住宅ローン控除は、税額から直接控除するもので、税額に大きく影響します。1年目の申告では、必要書類も多く、複雑な計算明細書も必要のため、税務署での対応となります。



介護予防事業の紹介

「水中運動教室」

【問合せ】

介護保険課 包括支援係

☎773-6675

大和地域包括支援センター

☎777-3111

六日町地域包括支援センター

☎773-6675

塩沢地域包括支援センター

☎782-0252

最終回は、水中運動教室の効果を紹介します。(教室の詳細は、市報11月15日号7頁をご覧ください)

水中運動の効果

浮力：水中では体重が1/10となり、ひざや腰などに負担をかけずに運動ができます。ひざ痛と腰痛がある人にお勧めです。

抵抗：空気中よりも水中は、強い力と多くのエネルギーを使うため、筋力アップや引き締め効果が期待できます。

水圧：呼吸筋が強化され、血液の循環がよくなります。

水温：一般的に水温は体温より低く、寒さを感じます



が、体温を一定に保とうとする働きにより新陳代謝が高まり、脂肪燃焼効率が高まります。ダイエットにも最適です。

参加者の感想

- ・腰が曲っていたけど、まっすぐ立てるようになった。
- ・足の状態が改善した。
- ・仲間ができた。
- ・呼吸法を教えてもらったら冬でもあまり寒くならなかった。

などの好評をいただいています。

介護予防は、「歳を取ってから」「動けなくなつてから」という印象が強いですが、40〜50代から筋力は低下してきます。健康でも早いうちから運動習慣を持つことで、寝たきりや認知症の予防ができます。

積極的にシリーズで紹介した各教室に参加ください。

テーマ

パブリックコメント(意見募集)

高齢者福祉計画・介護保険事業計画(案)

【問合せ・提出】介護保険課 介護保険係

☎773-6675

生涯をこの地で安心して過ごすことができる地域完結型のまちづくりの実現を目指し、平成27年度〜平成29年度の高齢者福祉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。

意見を公募する目的

平成27年3月末までに、「高齢者福祉・介護保険事業計画検討委員会」で、最終案が検討されます。最終案にみなさんからの意見を反映させ、要望に応じた計画とするために意見を公募します。

※お寄せいただいた意見は、市の考え方とともに、公表見に見直しをさせていただきます。

で、あらかじめ了承ください。

閲覧期間および意見募集期間

12月5日(金)〜19日(金)

閲覧場所

- 介護保険課 介護保険係
- 大和・塩沢市民センター

市ウェブサイトをトップページ↓市政情報↓広報広聴 ↓パブリックコメント)

意見の提出方法

住所、氏名を明記し、「高齢者福祉計画・介護保険事業計画パブリックコメント」と書き、次のいずれかの方法で提出してください。

- ① 窓口に参加 閲覧場所で受け付けます。記入用紙が必要な人は、申し出ください。
- ② 郵送 〒949-6696 南魚沼市六日町180番地1 南魚沼市役所 介護保険課 介護保険係あて
- ③ FAX 773-6723 「介護保険課あて」と記入ください。
- ④ 市ウェブサイト 入力フォームに入力し、送信ください。

児童扶養手当 受給要件の変更

【問合せ】

子育て支援課

☎773-6822

これまで母子、または父子家庭で、公的年金を受給している人は、児童扶養手当を受給できませんでした。受給要件が変更となり、12月から年金額が手当額よりも低い場合は、その差額分の手当を受給することが出来ます。

市で対象者を把握することはできないので、該当すると思われる人は、問い合わせください。

参考◇児童扶養手当の月額

子どもが1人の場合の支給額 全部支給：41,020円 一部支給：41,010円 9,680円(所得に応じて決定されます)

子どもが2人以上の場合の加算額

- 2人目：5,000円
- 3人目以降：3,000円 (1人につき)

市役所での手続きなどについて、
シリーズでお知らせします

こんなときはどうするの？⑮
議会ってどんなことをしているの？

【問合せ】議会事務局

☎773-6650

自分たちの住むまちを住みやすくしていくためには、全住民が意見を出し合い、話し合うことが理想です。しかし、全員が集まり、話し合うことは現実的にはできません。そこで住民の中から代表となる議員を選び、話し合いをする場が議会です。議会では、市長から提案された市の方針や予算、条例などについて話し合い、どうするかを決定します。市長はその決定に従い、具体的に仕事を進めることとなります。

Q 議会の役割って何？

A 議会には、主に次のような役割があります。

◇政策や条例、予算を決定すること
◇市の仕事が正しく行われているか点検すること

◇予算が適正かつ効率的に使われているか点検すること

◇国や県などに意見書を出すこと

Q よく聞く本会議と委員会って何が違うの？

A 本会議は議員全員が参加し、条例や予算などを審議します。委員会は、本会議で付託された案件の審議や、市の事務に関する調査などを行います。委員会ごとに担当する範囲が決まっています。全議員がいずれかの委員会に所属しています。

本会議 南魚沼市では、10～20日間ほどを会期として、3月、6月、9月、12月に定例会を開催しています。必要に応じて開催する臨時会もあります。

委員会 本会議よりも専門的な審査・調査を行います。定例会が行われていない時期にも開催し、担当分野の調査などを行っています。本会議では、どんなことをしているの？

A 本会議では、主に次のことを行っています。

議案の審議 条例や予算の決定、高額となる契約を結ぶ時などに、その内容を審議

一般質問 議員一人ひとりが、市政や市の政策について市長などに問い、考えを明らかにするように求めるもの

Q 議員がどのような一般質問をするか事前に知ることはできないの？

A 質問事項とその内容を記載したものを、一般質問が開催される当日から希望する人に配布しています。市ウェブサイトに掲載します。

Q 傍聴に行く時間がないけど、議会の様子を知りたいけど、どうしたらいいの？

A 一般質問ですが、定例会終了の翌月にFMゆきぐにで放送しています。放送日は、決定次第市ウェブサイトに掲載します。また、FMゆきぐにでの放送後は、市ウェブサイトで聞くことができます。

Q 議会を傍聴したいけど、どうしたらいいの？

A 議会は、誰でも簡単な手続きで傍聴することができます。傍聴を希望する日に、本庁舎3階議場前の傍聴受付で、受付簿に住所・氏名を記入し、傍聴してください。

※12月の定例会は9日(火)、15日(月)～19日(金)に開催予定です。正式な日程は、12月2日(火)以降に議会事務局へ問い合わせください(市ウェブサイトに掲載)

12月1日は「世界エイズデー」

【問合せ・申込み】

南魚沼地域振興局

健康福祉環境部 医薬予防課

☎772-8142

「世界エイズデー」は、エイズ蔓延の防止、エイズ患者やHIV感染者に対する差別・偏見の解消を目的とし、1988年に世界保健機関が定めた国際記念日です。

南魚沼保健所では、無料・匿名でHIVに関する検査・相談に応じます。

あなたとあなた大切な人を守るために、エイズ検査を受けましょう。

検査 ①毎週水曜日 午前9時～11時30分

②毎月第1火曜日

午後5時30分～7時

※検査は前日までに予約が必要

相談 月曜～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時(随時受付)

検査・相談の希望は、南魚沼保健所エイズ相談に気軽に連絡ください。

☎770-0121

※詳しくは、南魚沼地域振興局健康福祉環境部ウェブサイトをご覧ください

「視察研修を開催！」 12地区地域づくり協議会合同事業

10月17日(金)、山の暮らし再生機構(通称:LIMO)南魚沼復興支援センターの主催で、44人が参加した山古志地域の視察研修を行ないました。震災からの復興の



過程は、地域づくりと重なるものがあります。山古志地域が今どのように復興しているのかを、地域づくりに携わる人たちに知ってもらい、地域づくりに生かしてもらいたい、そんな思いから企画されました。この視察研修で、山古志地域から学ぶものは、大きかったと思います。



「お茶の間サロンを開催！」東地区地域づくり協議会 ☎779-3312



昼間一人で留守番しているお年寄りたちの心の解放を目的に、女性部の主催で、10月5日(日)に「第1回東地区お茶の間サロン」が開催されました。

当日は、58人もの大勢の参加をいただき、参加者からも好評で、今後も続けてほしいとの声が多く寄せられました。

「簡単おいしいキムチづくり講習会を開催！」大巻地区環境づくり協議会 ☎776-2032

- ◆日 時：12月14日(日)9:00~12:00
 - ◆場 所：大巻地区センター ◆講 師：中島広美さん
 - ◆人 数：30人程度(先着) ◆参加費：1,500円
- 毎年人気の教室です。詳しくは直接問い合わせください。



地域づくり協議会の活動
地域のできごと・お知らせ

【問合せ】企画政策課

☎773-6672

1日前プロジェクト —災害に備えて—

【問合せ】総務課 防災庶務班 ☎773-6660

「大津波が来る！」と叫んでも「そうなの？」とご近所さん 「とにかく、逃げよう」と一緒に避難

東日本大震災(釜石仮設団地 60代 女性)

昼食後にコーヒーを飲んでいたら、地震が起きました。すると、目が不自由な主人が「普通の地震じゃないから逃げた方がいい。これは大津波の地震だ。いつものと違う。早く逃げろ!」とか言って、階段を降りて行こうとするんですよ。「じゃ、革ジャン着て」って出していたら、「そんなの着ているヒマないよ」って。とにかく着の身着のまま、先に主人を高台の神社に避難させました。

その時、おばあちゃんたちが立っていたので、「大津波が来るみたいだから、早く逃げて!立ってないで!」って言ったら、「そうなの?」って笑っているんです。みんなそんな感じ。「ほんとに来るから!」と叫んでいるところへお店をやっている隣のおばちゃんがリヤカーを引っ張って帰ってきたので、「シャッターだけ閉めて逃げて!」と言うと、「だって、今お金を下してきたばかりだ」って。「いや、とにかく逃げよう」と言って、散乱している店先の物を片づけてやって、シャッターを閉めて、おばちゃんと一緒に逃げました。

実は前の年も大きな地震があって、津波警報が出て、避難命令が出たんですけど、何もなかったんです。それに、あの日の2日前にもちょっとした地震があって、津波注意報が出たけど全然来なかった。そういうこともあったから「たいしたことないな」という気持ちがどこかにあったのかもしれない。





南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内 ディスポート☎773-6620 スポパラ☎773-3210

12月の休館：毎週月曜日
 年末年始の休館：12月28日
 (日)～1月3日(土)

*** 長期スイミングスクール(通年)参加者募集 ***

締 切 り 12月9日 (火) 21:30

申 込 み ディスポート南魚沼に用意してある申込み用紙に必要事項を記入し、フロントに提出
 ※電話での申し込みはできません

選考方法 12月11日 (木) 19:00から泳力テストを行います。(入場料無料)

コース	期 間	開催曜日・時間	参加対象者	回数	受 講 料	
					会 員	一 般
ビーバー	<通年> 後期 1月～3月	土曜日 10:00～11:00	年齢 1月31日で5歳以上 泳力 けのび5m以上できる こと(泳法不問)	後期 11回 (全45回)	後期 3,080円	後期 6,170円
イルカ	<通年> 後期 1月～3月	木曜日 20:00～21:00	年齢 年齢不問 泳力 2泳法で25m以上泳 げること		JSC員 後期 4,620円	

※未就学児で初めて参加の場合、上記受講料と別に820円が必要
 上記、受講料のほかにプール入場料が必要(お得な定期券あり)
 教室は都合で、日程・回数・料金などを変更する場合あり。教室の内容などは、スポパラ事務局まで
 未就学児は、保護者がスポーツパラダイス会員の場合、会員料金を適用(ディスポート定期券購入時も、会員割引を適用)

*** 第3期 陸の教室参加者募集 第一弾! ***

受 講 料 **スポパラ会員**…今年度初めて受講する教室は、すべて無料。第1期か第2期に受講し、今回再受講する教室は2,050円(しなやかボディ教室のみ、3,080円)

一 般…各4,110円(しなやかボディ教室のみ5,140円)

教室回数 各教室とも全10回

教室名		開催曜日・時間		教室初日	教室内容	受付開始
フラダンス 対象 16歳以上	水昼	水	11:00～	平成27年 1月7日	ハワイの伝統舞踊。アロハの精神で、ゆったり楽しく踊りましょう。 笑顔で踊れば心も身体も健康に!	12月17日(水) 10:30～
	水夜	19:00～				
リフレッシュエクササイズ 対象 おもに未就学児を持つ女性 託児 集団での託児が可能な1歳以上		木	10:30～	平成27年 1月15日	出産・育児としばらくスポーツをする機会がなかった人に最適な教室。未就学児がいる人も、託児付きで安心! いろんなスポーツに挑戦します。	12月18日(木) 9:00～
キックボクササイズ 対象 16歳以上			20:00～			
しなやかボディ	経験者	土	9:00～	平成27年 1月10日	ヨガやピラティスで、腰痛予防・姿勢改善。 柔軟でしなやかなボディを目指そう!	12月20日(土) 9:00～
	初心者		10:00～			

※受付は先着順で、各教室とも定員に達し次第締め切り
 申込み開始時間の30分前から予備受付を行い、申込み開始時刻に定員を超える場合は、申込み開始時刻に締め切り、その場で抽選。
 詳しい内容などは、各教室参加者募集要項をご覧ください。不明な点は、スポパラ事務局まで
 日程は都合で変更する場合あり
 保険料は、会員は年会費に、一般参加者は参加料に含まれます(参加教室時のみ有効)

*** 第3期(1月~3月)水泳教室 参加者募集 ***

締切り 12月14日(日) 17:00

申込み ディスポート南魚沼に用意してある申込み用紙とハガキに必要事項を記入し、フロントに提出
※電話での申し込みはできません

選考方法 申込みが定員を超えた場合、16日(火)17:00からディスポート南魚沼2階ロビーで抽選を行い、結果をハガキでお知らせします。

コース	開催曜日・時間	対象者 [A] ・内容 [B]	受講料		
			会員	一般	
水泳教室	親子	土曜日 19:00~19:50	[A] 1月31日で3歳以上のオムツがとれている未就学児と保護者 [B] 親子で水慣れ	保護者が会員の 場合 親子新規 1,540円 幼児新規 820円 継続 3,080円	1教室につき 5,650円
	幼児	水曜日~土曜日 全6コース	[A] 1月31日で5歳以上の未就学児 [B] 水慣れから初歩のクロール	新規 無料 継続 3,080円 JSC員 3,600円 2教室目 から 3,080円	
	初級	水曜日~土曜日 全7コース	[A] 小学生 [B] 水慣れ・顔つけから、中級コースを目指す小学生		
	中級	水曜日~土曜日 全4コース	[A] 小3~中3で、初級からの進級者 [B] 4泳法の習得		
	上級	木曜日・土曜日 全2コース	[A] 小3~中3で、中級からの進級者 [B] 4泳法の上達		
	レディース	火曜日 11:00~12:00 木曜日 11:00~12:00 一般営業時間外なのでプールの中は女性のみ。周囲の目を気にせず受講できます！	[A] 16歳以上の女性 [B] クロールが泳げるように	継続 3,080円 JSC員 3,600円 2教室目 から 3,080円	
	一般	水曜日 19:00~20:00 金曜日 13:30~15:00	[A] 中学生以上 [B] 顔つけ・水慣れから(金曜コースは、4泳法ができる人)		
	シニア	水曜日 14:00~15:00	[A] おおむね60歳以上 [B] 水泳による筋力アップ、体力アップ		
水中運動教室	水中歩行	金曜日 11:00~12:00	[A] 16歳以上 [B] 水の抵抗を利用した筋力アップ、体力アップ	継続 3,080円 JSC員 3,600円 2教室目 から 3,080円	
	アクアエクササイズ	火曜日 20:05~20:55			
	エクササイズ	水曜日 11:10~12:00			

新規 今年度初めて参加する人 継続 第1期・第2期に参加していた人 JSC員 ジュニアスポーツクラブ員

※上記、受講料のほかにプール入場料が別途必要(お得な定期券あり)
教室は都合で、日程・回数・料金などを変更する場合あり。教室の内容などは、スポパ事務局まで
未就学児は、保護者がスポーツパラダイス会員の場合、会員料金を適用(ディスポート定期券購入時も、会員割引を適用)
締切り後、空きのある教室は、12月17日(水)9:00~27日(土)21:00に先着による追加募集を行います(2教室目の受講も可能)

*** トレーニングルーム マシン使用法講習会 ***

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。

日時 12月14日(日) 12:00~13:30

会場 ディスポート南魚沼 トレーニングルーム

定員 6人(事前申込みが必要)

施設利用料 300円(定期券利用可)

受講料 スポパ会員 無料/一般 200円

※運動着・室内シューズ・タオルを用意ください

トミオカホワイト美術館

開館10:00~17:00(入館終了16:30)

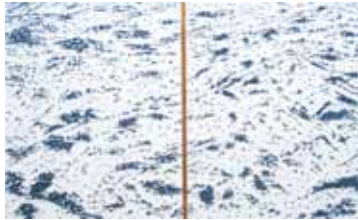
12月の休館：毎週水曜日
 年末年始休館：12月29日(月)~1月4日(日)

【12月の「市民無料の日」は、8日(月)、18日(木)、28日(日)】
 TEL 775-3646 FAX 775-3650
 料 金 一般500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

企画展「Winter Again」

■期 間 平成27年3月9日(月)まで

世界中の誰もが到達していない“白の世界”に挑戦し、独自の技法で描き続けた富岡作品の冬景色をご覧ください。



「魚沼丘陵A、B」

同時開催の「トミオカ南魚県展2014」

は、第69回新潟県美術展覧会で入賞入選した南魚沼郡・市在住の人の作品、委員・無鑑査の作品を、12月23日(火・祝)まで展示します。

「ぼくの、わたしの八海山」絵画展

城内中学校の生徒が描いた、初秋の八海山を展示しています。感じたままに描いた作品は、どれも特徴があり、ほのほのとした気持ちにさせてくれます。

■期 間 12月4日(木)まで
 ■会 場 トミオカホワイト美術館 ラウンジ
 ■料 金 無料

鈴木牧之記念館

開館9:00~16:30

12月の休館：2日(火)、9日(火)、16日(火)、24日(水)
 年末年始休館：12月29日(月)~1月10日(土)

TEL FAX 782-9860
 料 金 大人500円、小中高250円(市内の小中学生は無料)

◇開館25周年記念特別展「雪国の生活」◇

開館25周年を記念し、豪雪の様子や、懐かしい冬の生活風景などの写真を展示した特別展「雪国の生活」を開催しています。ぜひご覧ください。

※南魚沼市民は無料です(受付で住所を伝えて入館ください)

■期 間 12月28日(日)まで

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月は毎日開館します

〔JR六日町駅1階〕 TEL 770-1173

URL <http://www.m-uonuma.jp/m-artstation/index.html>

第3期「棟方志功+加山又造・斎藤三郎の描く女性美と日本人画家の描く海外風景」

■期 間 平成27年3月22日(日)まで

今泉記念館

開館9:00~17:00(入館終了16:30)

12月は毎日開館します

TEL 783-4500 FAX 783-3388

URL <http://www.michinoeki-minamiuonuma.jp/imaizumi-kinenkan>
 料 金 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 ◆~彫る 摺る 画く~ 「棟方志功の世界」

板と向き合い板の声を聞き制作した「板画」や、肉筆による鮮やかな色彩で思うまま筆をふるった「倭画」の他に、棟方志功の書も展示しています。

企画展 ■期 間 平成27年3月1日(日)まで

◆「革新の美 近現代洋画展」

近代日本画壇に大きな足跡を残した巨匠の作品と現在、人気実力作家として活動している俊英作家の作品を展示しています。

展示作家 梅原龍三郎・中川一政・東郷青児・大沢昌助・絹谷幸二 ほか

◆「色が魅せる — 飯島一次・橋本三郎・

小野州一・桑原正昭 版画展」

華やかな色彩で海外の風景や人々を描いた作家にスポットをあて展示しています。作品が放つ色の魅力を、ぜひご覧ください。

池田記念美術館

開館9:00~17:00(入館終了16:30)

12月の休館：毎週水曜日、9日(火)、11日(木)
 年末年始休館：12月24日(水)~1月8日(木)

TEL 780-4080 FAX 777-3815 URL <http://www.ikedart.jp>
 料 金 一般500円/高校生以下(無料)

「第59回 南魚沼郡市児童生徒美術展」

■日 時 12月12日(金)~23日(火・祝)

湯沢町と南魚沼市の子どもの作品500点を展示します。子どもたちの「いきいき」「わくわく」した息遣いを感じてください。

◇作品解説会◇

■日 時 12月13日(土)10:00~11:00

■講 師 新潟大学教育学部教授 佐藤哲夫

「天上の音楽 クリスマス・スペシャルライブ」

地場産パンとワインとともに、命の喜びを味わうコンサート。いやしのひと時を一緒に過ごしませんか?

■日 時 12月7日(日)

18:00~(開場17:15)

■料 金 前売券2,500円

当日券3,000円

■出演者 サックス/日比野則彦、ソプラノ/小菅文、ピアノ/AYAKI



南魚沼市民会館

受付8:30~17:15

12月の休館：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)
 年末年始休館：12月29日(月)~1月3日(土)

TEL 773-5500 FAX 772-8161 ☎ 0120-150-142
 URL http://www.6bun.jp

南魚沼市市制施行10周年記念コンサート

ふるさと新潟の童謡

新潟ゆかりの童謡をお届けするコンサート。思わず口ずさむ唄、幼いころに聴いた童謡、親子で歌いついでほしい日本の歌。家族でお楽しみください。

■日時 12月14日(日) 14:00開演(開場13:30)
 ■出演 芹洋子、鈴木規子(ソプラノ)、青山恵子(メゾソプラノ)、南魚沼市市制施行10周年記念合唱団

■料金 全席自由 一般1,000円(高校生以下無料(要整理券)、3歳未満の入場はできません)
 ※市民会館、会館プレイガイドで好評発売中!



芹洋子



鈴木規子



青山恵子

利用料金の冬季割引

3月31日(火)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?
 ※営利目的などの催しは除きます

郷土資料

あれこれ 25

「問合せ」社会教育課

郷土史編さん係
 ☎773-2197

民俗資料より⑧

お歯黒箱(鉄漿付け箱)

江戸時代の日本の伝統的な化粧に白粉、紅、お歯黒、引眉などがありません。お歯黒とは、その名のとおり、歯を黒く染めることです。

お歯黒の始まりは不明ですが、お歯黒をした埴輪が出土していることから古くから行われていたようです。

平安時代には、貴族は男女とも成人を表すものとして行われ、戦国時代には、武士階級にまで広がりました。

江戸時代には、貴族と武家・町人の女性たちは結婚式の日からお歯黒をはじめ、お歯黒は結婚をしている証になりました。

明治になると文明開化の流れもあり、明治3年に皇族・貴族のお歯黒が禁止され、明治6年には一般女性も禁止となりました。今では芝居、時代劇など

で見ることが出来る程度です。

お歯黒には、「ふし粉」(五倍子粉)と「鉄漿水」を使いました。「ふし粉」は、ヌルデの実を石うすでひいて粉にしたもので、主な成分はタンニンです。「鉄漿水」は、使わなくなった針などの鉄くずを餅の煮汁、米のとぎ汁などの中に入れ、酸化・発酵させたもので、主な成分は酢酸第一鉄です。艶を出すために、酢・酒・餡なども入れられたようです。

ふし粉と小釜に入れて煮た鉄漿水を鉄漿棒で歯に付け、これらが化学反応を起こし、黒くなることを利用して、歯を染めました。実際に歯に浸透して黒くなるわけではなく、表面に付着させたものでした。黒さを保つために半月に1~2回程度、お歯黒を付けました。

写真①は、「お歯黒箱」(鉄漿付き箱)と呼ばれるお歯黒の道具を入れた道具箱(幅・奥行・高さとも約14cm)です。

漆塗りの木箱の上蓋を開けると、写真②の小釜(直径約6cm)とナツメ型容器(直径約6cm)、鉄漿棒(長さ約16cm)が入れており、箱の下には引出しが付いています。



写真②「小釜・ナツメ型容器・鉄漿棒」



写真①「お歯黒箱」

「普通の家には、このような立派なものはないが、嫁入りするときには必ず持っていたもの。お歯黒は、農家へ嫁いだ場合でも行つた」と、塩沢地域での話が残されています。

みんなの図書館

12月の開館日時

南魚沼市 月～金9:30～20:00 (土日祝日は19:00まで)
休館(図書整理日)18日(木)

大和 ☎777-4671 月～金9:00～19:00 (土日祝日は17:00まで) 休館月(祝日の場合翌日)

塩沢 ☎782-0100 月～金9:00～20:00 (月土日祝日は17:00まで)

年末年始の休館(3か所):12月29日(月)～1月3日(土)

申込み・問合せ:南魚沼市図書館 ☎773-6677

12月の読書のこどい

クリスマス劇とクリスマスリース作り(工作)

- 日時 12月20日(土)
午後2時～3時30分
- 会場 南魚沼市図書館
- 多目的室
- テーマ 「クリスマス」
- 内容 クリスマス劇、クリスマスリース作り(持ち物:細いマジック)、読み聞かせ、本の紹介
- 出演 六日町高等学校演劇部
- 対象 幼児・小学生・保護者他 どなたでも
- 定員 50人 ※参加無料

●申込み 図書館に申し込みにください(電話可)

※駐車場の混雑時は、市役所本庁舎駐車場を利用ください



絵本のへや

楽しい絵本のへやに、遊びにきませんか?

- 期日 毎週水曜日 午前10時30分～11時30分
- ※12月17日(水)に、クリスマス会を開催します。サンタがやってくるよ!
- 会場 南魚沼市図書館
- 多目的室
- 対象 0歳から入園前の幼児
- 内容 パネルシアター・手遊び・絵本・紙芝居読み聞かせなど

10月の読書のこどいの様子

「どうぶつ」がテーマの読書のつどいでした。今回は、図書館に新しく入ったいろいろな動物の本を紹介した後、オフィスやまいもによる人形劇「人形バラエティショウ」を行いました。テンポのよい人形の動き、ご飯の代わりにカレーにラーメンを入れて食べるお話、野菜作り、大中小いろいろな動物の人形が登場しました。最後はホロリとしてしまう素敵なお話でした。参加者から「初めての人形劇を生で見えて感激しました」と、感想をいただきました。



テーマ展示

12月の図書館のテーマ展示は、「年末年始に役立つ本」です。早いものでもう師走となりました。新年に向けての準備に役立ててください。

巡回図書を利用ください

11月20日(木)に塩沢図書室の巡回図書を入れ替えました。これは、図書館の蔵書から200冊を隔月で入れ替えているものです。ぜひ利用ください。次回大和図書室は12月18日(木)に入れ替え予定です。

郷土図書紹介

『にいがた地域映像アーカイブNo.5』(発行・寄贈:新潟大学人文学部)



地域に埋もれている身近な映像資料を再発見する企画と

して刊行されています。今回は、南魚沼市ゆかりの資料が掲載されています。

12月28日(日)は早期閉館します
午後5時で閉館となります。ご注意ください。

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?
ハンドベルもあるよ!

【問合せ】南魚沼市図書館
☎773-6677

日時 12月12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・歌など
対象 0～3歳児と保護者
参加費 無料(予約不要)



アルコールの特性を知って 上手に付き合おう

【問合せ】保健課

☎773-6811

南魚沼市民の飲酒の現状

毎日、飲酒習慣のある人の割合

国：男性29・5%、女性6・9%

〔平成24年国民健康・栄養調査より〕

南魚沼市：男性47・9%、女性10・

1%

・1合以上飲む人：男性46・3%、

女性9・8%

・3合以上飲む人：男性2・8%、

女性0・5%

〔平成25年住民健診問診票より〕

南魚沼市は、国の平均よりも飲酒頻度が多く、毎日大量飲酒をする人もいることがわかっています。

アルコールの特徴

睡眠障がいにつながる

飲酒は入眠を促しますが、逆に眠りを浅くする作用もあります。

うつ病と関係が深い

イライラを発散させる目的で飲酒した場合、アルコールが抜けた時にうつになりやすくなります。さらに不安な気持ちを解消するために飲酒を重ね、悪循環を招きます。

依存性がとても強い

アルコールは一部の麻薬よりも依存性が強いといわれています。依存性とは、「それに頼らずにいられないくなる」という性質です。依存性は、大きく分けて精神依存と身体依存があります。

精神依存は、過剰な飲酒は悪いことだと理解していても「お酒がないと寂しい・辛い」と感じる状態で、いろいろな理由をつけて飲酒しようとしています。楽しいこと・辛いことがあった、イライラする、仕事が忙しい、今日は暇など、すべて飲む理由につながる、我慢できずに飲んでしまいます。禁酒や禁煙の目標を立ててもなかなかやめることができないのは、アルコールやタバコの精神依存作用が強いためです。アルコールなどだけでなく、ギャンブルや浪費などの行動にも精神依存性があり、相互に影響することもあります。

身体依存は、体から薬物の成分が抜けてくると禁断症状が出てくる状態です。薬物のある状態が普通だと脳や身体が判断すると、薬物が体内から抜けた時に、手の震えやめまい、寒気などの身体的症状が出ます。

耐性は、身体に耐性がついてくることです。摂取を繰り返えすと、以前の量では満足できなくなり、日を

重ねるごとに量が増えていくことがあります。

左の表のとおり、アルコールは「精神依存」「身体依存」「耐性」の全項目で、強い依存性があることがわかります。

依存性薬物の特徴 (WHOによる依存形成薬物の分類から抜粋)

薬物名	精神依存	身体依存	耐性	幻覚妄想
アルコール	++	+++	++	あり
モルヒネ(ヘロイン)	+++	+++	+++	あり
コカイン	+++	なし	なし	あり
アンフェタミン	+++	なし	++	あり
大麻類	++	なし	不明	あり
有機溶剤(シンナー)	+	なし	不明	あり

認知症につながる

飲酒量が増えるほど、脳が委縮します。過去に5年以上アルコールを大量飲酒していた人は、その経験がない人と比べ4・6倍認知症の危険性が高まります。

アルコールと上手に付き合うために 適量を守る

適量は飲酒しているそのお酒の量ではなく、純アルコール量で考えます。一日における摂取可能な適量は、純アルコールで20g程度といわれています。(日本酒換算で1合程度)これは、翌日までにアルコールを完全に分解して肝臓を休めることを考えた量です。

$$\begin{aligned} & \text{純アルコール量(g)} \parallel \text{飲酒量(ml)} \\ & \times \text{アルコール度数} \div 100 (\%) \\ & \times \text{アルコール比重} 0.8 \end{aligned}$$

肝臓を休める

肝臓のアルコール処理・分解機能が完全に戻るように、週に2日は連続した休肝日を設けましょう。

飲酒運転は絶対しない!

個人差はありますが、日本酒1合のアルコールが体内から消失するのに3〜4時間、2合で6〜7時間ほどかかります。酒気帯び運転での死亡事故発生確率は8・7倍に高まります。1杯でも飲んだら運転はやめましょう。

お酒は百薬の長でも、飲み過ぎれば毒です。おいしく健康的に飲みましょう!

シリーズ

健康推進員活動紹介⑥

【問合せ】

保健課

☎773-6811

上町1丁目4区の活動を紹介します。「今までやっていない活動」「一番大事で、できにくいことは何か」を考え、運動を取り上げました。

地区の高齢者も参加できる身近な運動を考え、2人の健推さんがたどりついたのはウォーキング。身近な魚野川の土手を歩き、足湯でゆったりと休憩し、折り返して帰ってくるコース。コースの下見や区長への説明、区民へのチラシ配布と、新たな取組みに力を注ぎました。当日は曇り空で「降るなよ」と祈りながらのスタート。



ウォーキングの必要性と歩き方の基本を説明後に、準備体操をし、

出発。足取りも軽く、気分爽快。川風も心地よく、参加した地区の老若男女16人は、楽しい時間を過ごしました。終了後に、「楽しかった」「歩くことの重要性を再確認できた」と好評でした。地区民が健康づくりの時間を共有できた貴重な一日になりました。

日本脳炎予防接種未了者は規定回数を接種ください

【問合せ】保健課

☎773-6811

日本脳炎予防接種は、市報6月1日号でお知らせしたほかに、毎年国が定める積極的接種勧奨対象者の保護者に、個別で通知しています。

徐々に未了者は減っていますが、まだ規定の回数を接種していない子どもが多くいます。特に、平成7年4月2日生〜平成19年4月1日生れの子どもの接種期限は、20歳の誕生日前日までです。忘れずに接種してください。

※ワクチンは、接種の差し控えがあった時とは別のワクチンです

規定回数

1期 初回2回・追加1回(計3回)

2期 1回のみ(ただし、9歳以降)

※母子手帳を確認ください



12月の城内診療所 診療担当医師(予定表)

受付・診療時間

月曜～金曜〔受付〕8:30～11:00〔診療〕9:00～
〔受付〕11:00～16:00〔診療〕14:00～

土曜〔受付〕8:30～11:30
〔診療〕9:00～

【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
高橋(聡) 廣田	高橋(聡)	高橋(聡) 福本	福本	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡) 高橋(正)	高橋(正)	高橋(聡)	寺田	堀内	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)	高橋(聡)	寺田	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡)	福本	休診	休診
15日		16日		17日		18日		19日		20日		21日
高橋(聡) 廣田	高橋(聡)	高橋(聡) 福本	福本	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡) 高橋(正)	高橋(正)	高橋(聡)	寺田	薄田	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)	休診 (天皇誕生日)		高橋(聡)	高橋(聡)	風間	高橋(聡)	高橋(聡)	高橋(聡)	福本	休診	休診
29日		30日		31日								
救急当番 注		年末年始休診		年末年始休診								

注 29日(月)は救急当番日です
受付・診療 9:00～16:00



掲 示 板

市などからのお知らせ

掲 示 板

市などからのお知らせ

弁護士による

『消費生活』無料法律相談

【問合せ・申込み】

消費生活センター

〔ふれ愛支援センター内〕

☎772-2541

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人に、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。希望する人は、前日正午までに電話で予約ください。

※弁護士との相談時間を有効に使えるよう、申込み時に相談の概要を相談員が伺います

日時 12月25日(木)

午後1時30分～4時

会場 ふれ愛支援センター

1階 相談室

※消費生活センターでは、多重債務も含め、消費者のみなさんの相談に応じます。身近な相談窓口として気軽に利用ください

市立病院職員募集

【問合せ・申込み】

ゆきぐに大和病院 庶務課

☎777-2111

市立病院(南魚沼市市民病院・ゆきぐに大和病院)に勤務する職員を募集します。

職種 臨床心理士 1人

採用日 平成27年4月1日

応募要件 有資格者、または資格取得見込者で、昭和54

年4月2日以降に生まれた人

試験内容 書類選考、作文、面接

締切り 平成27年1月5日(月)

試験日 平成27年1月15日(木)

試験会場 ゆきぐに大和病院

申込み 受験申込書と履歴書(問合せ先に請求)に、写真3枚(縦4cm×横3cm)、資格免許証の写しを添えて申し込みください。

※勤務時間・待遇など、詳しくは、問い合わせください

心豊かな子育て教室

【問合せ】

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! 気楽に参加してね。初めての人、里帰りの人、上の子を連れた人、みんな大歓迎です!

平日開催の冬の「親子サロン」も始まるよ。こちらにも遊びにきてね!

六日町地区第4回「そだち学級」

期日 12月13日(土)

会場 ふれ愛支援センター

内容 多目的ホール

内容 「親子でつくろう! クリスマス」

五十沢地区第4回「そだち学級」

期日 12月13日(土)

会場 五十沢地域開発センター

内容 「わくわくドキドキクリスマス」

クリスマス☆

※プレゼントもあります

大和地域第3回「そだち学級」

期日 12月13日(土)

会場 大和公民館

内容 「たのしいクリスマス(サンタとあそぼう!)」

※プレゼントもあります

城内地区第3回「そだち学級」

期日 12月14日(日)

会場 城内地区第3回「そだち学級」

内容 「みんなでたのしく! クリスマス会☆」

第1回「親子サロン」

期日 12月16日(火)

会場 市民会館

内容 ホワイエ(ロビー)

内容 「み〜んなおいでよ、クリスマス」楽しく、親子でクリスマス工作!

※ティータイトムもあります

【共通事項】

時間 午前10時～11時30分(受付・午前9時30分)

対象 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!)

会場 城内地域開発センター
内容 「みんなでたのしく! クリスマス会☆」
期日 12月16日(火)
会場 市民会館
内容 ホワイエ(ロビー)
内容 「み〜んなおいでよ、クリスマス」楽しく、親子でクリスマス工作!
※ティータイトムもあります

冬の交通事故防止運動

【問合せ】

環境交通課

☎773-6666

スローガン 『ゆずり合うやさしい運転 冬の道』

12月11日(木)～20日(土)の10日間、「冬の交通事故防止運動」が実施されます。

運動の重点

・飲酒運転の根絶

・車間距離の保持と正しい合

図の励行

・横断歩行者の保護

12月は年末に向け、人や車の動きが慌ただしくなり、雪の影響からも交通事故が増加します。市内での発生事故も

昨年12月は、月別集計で件数・負傷者数ともに最多となりました。いつも以上に安全運転を心掛け、交通事故を防ぎましょう。



**雪室雪山最前線セミナー
雪が拓く農業の可能性を考える**

【問合せ】
農林課 農業振興係
☎773-66663

米・酒・ニンジンなど、雪室貯蔵の食品が、今注目を集めています。

農業における生産・貯蔵・ブランド商品開発から市場開拓まで、雪を使った最新情報、事例と検証データから紹介し、雪冷熱利用が拓く農業の可能性を考えます。

日時 12月17日(水)

午後1時30分～4時30分
(受付：午後1時～)

会場 南魚沼地域振興局1階 講堂

内容

第1部 基調講演

演題 「雪がもたらすうまい話」
講師：伊藤親臣さん
(公財) 雪だるま財団 チーフスノーマン)

第2部 パネルディスカッション

テーマ 「雪が拓く農業の可能性を考える」
コーディネーター：上村靖司さん(長岡技術科学大学 機械系教授)、パネリスト：上村清吉さん(有)きのこはう

す上村 代表取締役)、石橋 雅博さん(津南町 地域振興課長)、佐藤健之さん(にいがた雪室ブランド事業協

同組合 理事長)、渡辺 聡さん(新潟県農業総合研究

所食品研究センター)、池田喜三男さん(ホテルニューオータニ二長岡 料理長)

主催 雪ルネッサンス新潟事業
業コンソーシアム

申込み (公財)新潟県環境保
全事業団

☎025-239-5750
FAX025-239-5755

定員 80人(入場無料、先着
順)

**「魚沼へ」の編集長がみた
南魚沼の豊かさ**

森田 洋さん講演会

【問合せ】
南魚沼市図書館
☎773-6677

日時 12月7日(日)

午後2時～3時30分
会場 南魚沼市図書館
多目的室

内容 季刊誌「魚沼へ」編集
長が、長年の取材で感じた
南魚沼の自然・食・人の魅
力を語ります。

料金 無料

**第57回雪譜まつり俳句大会
作品募集**

【問合せ・応募】
塩沢公民館
☎782-10100

鈴木牧之の功績を称え開催する「雪譜まつり俳句大会」に参加しませんか。

初心者や初参加も大歓迎！

内容 「冬季雑詠」2句1組
(何組の応募も可)

※応募方法(大会要項による)
は、塩沢公民館まで

費用 1組1,000円

締切り 平成27年1月10日

(土) 必着

表彰発表 平成27年2月22日
(日)

「厚意に感謝します」

榊原明子様(川原町)から昆虫図鑑40冊のご寄付をいただきました。

昆虫図鑑には、学校歯科医を務められた夫の薫さん(故人)が、生前に採集した昆虫が標本として数多く掲載されています。

市内小学校・総合支援学校の図書室へ配置し、有効に活用させていただきます。

**第10回南魚沼市囲碁・
将棋大会結果**

【問合せ】
中央公民館
☎773-66610

11月9日(日)に55人が参加し、開催された囲碁・将棋大会の結果をお知らせします。

囲碁の部	A 級	B 級	C 級
優勝	若井 博	渡辺 智久	片山 覚
準優勝	井口 一	佐藤 哲雄	佐藤 喜久治
第3位	宮本 明	田村 千葉雄	豊 秀夫

将棋の部	A 級	B 級
優勝	宮崎 敏	渡辺 勝夫
準優勝	高桑 一博	笠原 誠二
第3位	三輪 清一	川 島 広

**「にいがた「なりわいの匠」
認定制度説明会を開催**

【問合せ・申込み】
南魚沼地域振興局
農林振興部 企画振興課
☎772-13918

新潟県では、農山漁村地域での農業技術・農産物加工・郷土文化・自然観察の4分野で、体験指導のインストラクターとして期待される人を、『にいがた「なりわいの匠』』として認定しています。南魚沼地域では現在127人が活躍しています。

「なりわいの匠」の認定を受けたい人や、興味を持つ人に説明会を開催します。

日時 12月11日(木)

午後6時30分～7時30分

会場 南魚沼地域振興局1階
第1会議室

締切り 12月8日(月)

※電話などで申し込み、参加
ください

「厚意に感謝します」

八海山尊神社社務所様(大崎 原小路)から、100,000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。



掲 示 板

市などからのお知らせ

あなたもサンタクロースに 「サンタプロジェクト」お ぬま2014」

【問合せ】
サンタプロジェクトうおぬま
事務局(島田)
☎090-8253-1954
Eメール: izayagi@yahoo.co.jp

クリスマスは

心を贈る季節です

病院で過ごす子どもたちと、
総合支援学校の子どもたち
本をプレゼントしませんか？

入院している子どもたち
や、総合支援学校の図書室に、
あなたの心をお届けします。

期間 12月1日(月)

21日(日)

場所 サンタプロジェクトの
表示がある市内協力書店

※協力書店は、問い合わせく
ださい

あなたにしてほしいこと

①プレゼントを受け取る子ど
もの性別・年齢、または、

総合支援学校児童生徒の学
年が書かれたカードを選ぶ

②ふさわしい絵本を購入

③クリスマスカードにメッセ
ージを記入(名前は匿名)

※買っていたいただいた本は、ラ
ッピングをし、カードとと
もに、病院の子どもたちと

総合支援学校に届けます。
あなたには「サンタクロ
ース認定証」をお渡しします



たんぼ座よみかせのついで 紙芝居を楽しもう

『ひょうしぎの会』を迎えて

【問合せ】

大和公民館
☎777-4671

紙芝居のスペシャリストと
してさまざまな会場で公演を
重ねている『ひょうしぎの会』
をお迎えます。大きな絵と
その演技力で、迫力ある大型
紙芝居をお楽しみください。

日時 12月20日(土)

午前10時～11時

会場 大和公民館1階 和室

内容 紙芝居を楽しもう!

対象 幼児～小学校低学年と

保護者

料金 無料(予約不要)

※ささやかなプレゼントもあ
ります

心の健康相談会

【問合せ・申込み】

南魚沼地域振興局
健康福祉環境部 地域保健課
☎772-8137

「眠れない」「不安」「閉じこ
もりがちだ」「更年期のせい
か 気持ち沈む」「お年寄りの
もの忘れ」「認知症」など:

そのような悩みをお持ちの
人、またはその家族などに、専
門医(精神科)が相談に応じま
す。プライバシーは守られます。

日時 12月19日(金)

午後2時～4時

会場 湯沢町保健センター

費用 無料

申込み 事前の予約が必要

ナナシのマルシェ

「ほくほく列車の市」を開催

【問合せ】

ナナシのマルシェ事務局(田村)
☎090-4943-6128

貸切列車に20のお店を乗せ
て、六日町と十日町を2往復
する電車のマルシェ第3弾。
十日町駅舎内でパン屋を集め
た「パンの市」も同時開催。

列車内では、販売のほかに、
楽器演奏もあります。お誘い
あわせて、乗車ください。

日時 12月14日(日)

①六日町駅午前9時着/10時
5分発/十日町駅10時22分
着/11時46分発/六日町駅
午後12時15分着

②六日町駅午後1時9分発/
十日町駅1時26分着/1時
40分発/六日町駅2時9分
着

※十日町駅の「パンの市」は
午前10時～午後3時

市民から寄せられた意見要
望・提案などをシリーズ(不定
期)で紹介します。

※市民からの意見・要望・提案
は、市ウエブサイトでも掲載
しています(トップページ左サ
イド 市政への声コーナー)主
な寄せられた声から閲覧く
ださい)

市民の声①

新図書館について

【問合せ】
秘書広報室
☎773-6658

【市民からの意見・提案など】
南魚沼市図書館の入口付近

に、小さくてもよいのでお茶
を飲めるコーナーを設けて欲
しい。

【市からの返事】

提案にある「訪れたみなさ
んが、お茶を飲めるコーナー」
は、スペースの問題や周りに
飲食店もあることから、図書
館内に喫茶室のような食事や
飲み物を提供する施設は設け
ていませんが、みなさんがく
つろげる場所として、駅前の
入り口から入った場所に、飲
食が可能なコーナーを設けて
あります。持参した弁当など
の食べ物を食べることのできる
スペースとして利用できます。

新図書館の38のカウンター
席と84の閲覧席では、ペット
ボトルや水筒のようなふたの
閉まる飲料を利用することが
できます。

勉強や閲覧の合間に弁当な
どを食べたり、飲み物を飲
み、使いやすい空間として利
用していただきたいと考えて
います。

また、買い物などのついで
に図書館を利用いただけるよ
う、冷蔵設備はありませんが、
ロッカーも用意してあります。

(担当:社会教育課)

優良工事・優秀技術者表彰式 11月18日(火)、優良工事3件・優秀技術者3人を表彰

【問合せ】 財政課 契約検査班 ☎773-6671

市の優良工事・優秀技術者表彰要綱に基づき、市が発注した公共工事で、平成25年度に完成し、特に優秀な成績をおさめた3工事3企業体と、3人の技術者に表彰状を授与しました。

◆優良工事

①大原運動公園野球場電気設備(弱電)工事

〔受注者〕 小島・阿部特定共同企業体



〔スコアボードなどの電気設備を行った工事です〕

スコアボードという施工経験のない特殊製品の性質を十分に理解し、プレーを行う選手の視認性や、使い勝手を向上させる操作性の検討、維持管理面における安全性への対策を十分に行い、品質の向上に努められました。

公園利用者の安全に細心の注意を払うなど、工事全般においても優れた施工が評価されました。

②大原運動公園野球場電気設備(強電)工事

〔受注者〕 富山・研電舎特定共同企業体



〔ナイター照明などの電気設備を行った工事です〕

野球場という建築物の性質を十分理解したうえで、周辺地域への配慮や豪雪への対策、維持管理面、使い勝手に対する検討を行い、品質の向上に努められました。

公園利用者の安全に細心の注意を払い、関連工事との円滑な調整など、工事全般においても優れた施工が評価されました。

③大原運動公園野球場建築工事

〔受注者〕 新潟セルテック・笹田特定共同企業体



〔管理棟やスタンドなどを建築した工事です〕

周辺地域への配慮や積雪に対する十分な検討を行い、既存の工法にとらわれることなく、どうすればよいものができるのかを常に念頭に置き、野球場建設関連工事全体を統括し、品質向上に努められました。

公園利用者の安全に細心の注意を払うなど、工事全般においても優れた施工が評価されました。



◆優良工事 (写真前列左から)

- 小島・阿部特定共同企業体
小島 勉さん 阿部 誠さん
- 富山・研電舎特定共同企業体
富山 洋さん 貝瀬 健一さん
- 新潟セルテック・笹田特定共同企業体
角山 登一郎さん 笹田 俊彦さん

◆優秀技術者 (写真後列左2番目から)

- 阿部 正雄さん 〔上記①工事〕
- 勝又 文男さん 〔上記②工事〕
- 中島 一貴さん 〔上記③工事〕

南魚沼市表彰条例に基づき感謝状を贈呈

岡村 誠さん〔東京都〕

10月27日(月)、南魚沼市ふるさと応援寄付金として、121万1千円のご寄付をいただいた岡村 誠さんに感謝状を贈呈しました。岡村さんは樺野沢地区の出身で、「ふるさとを出て60年、喜寿を迎えました。ふるさとの躍進を楽しみにしています」と応援の言葉もいただきました。

市長は「ご寄付に感謝し、さらなる市の発展のために有効に活用させていただきます」と感謝の気持ちを伝えました。



第10回南魚沼市縦断駅伝大会を開催しました

10月26日(日)、第10回南魚沼市縦断駅伝大会を開催しました。8区間、32.7キロメートルを、102チームがタスキをつなげてゴールを目指しました。

井口市長は開会式の挨拶で、「天候にも恵まれた第10回目のこの大会を、応援するみなさんの期待に応えられるように全力で駆け抜けてください」と述べました。開会式では、10年連続で縦断駅伝大会に参加した38人に、記念のTEEシャツも送られました。



南魚沼市10周年感謝祭を開催しました

第10回 八色の森市民まつり

南魚沼市が市制施行をした11月1日に合わせ、11月1日(土)と2日(日)に第10回 八色の森市民まつりを、「南魚沼市10周年感謝祭」として八色の森公園で開催しました。「ご当地グルメでまちおこしの祭典! B-1 グランプリ」に出展している10団体も参加しました。2日間で39,000人が訪れ、世界で活躍するプロダンサーのダンスを楽しんだり、B-1グランプリのグルメに舌鼓を打ちました。



放課後児童クラブ「上田クラブ」の開所式を行いました

11月7日(金)、南魚沼市に合併前の旧3町を構成していた旧町村の12地区で、最後の開設となった上田地区の放課後児童クラブ「上田クラブ」の開所式を行いました。

上田クラブは、第一上田小学校と第二上田小学校児童の学童保育の場として、第一上田小学校隣りに開設されました。

開所式では、上田クラブを利用する児童たちから、元気いっぱいの市歌斉唱とあいさつがありました。



10年後の南魚沼市〔夢〕作文コンクールの表彰式が開催されました

11月21日(金)、市制施行10周年と南魚沼市議会議員会(議員互助会組織)創設10周年を記念し、議員会主催で実施された作文コンクールの表彰式が開催されました。今年度に10歳となる小学4年生から成人を迎える「10年後の南魚沼市」をテーマに、530作品の応募があり、20人が、最優秀賞・特別賞・優秀賞の表彰を受けました。

表彰作文は、南魚沼市図書館、市役所各庁舎と市ウェブサイト(市議会ページ)で閲覧することができます。



12月 カレンダー

2014. DECEMBER. CALENDAR

日にち	行事名・時間・会場など
10水	ヤングプラザ クリスマスケーキ教室 18:30~21:30 塩沢公民館
11木	コミュニケーション・セミナー 14:00~15:30 子ども・若者育成支援センター
12金	乳幼児おはなしの会「えほんであそぼ」 10:00~11:30 大和公民館
13土	六日町地区第4回「そだち学級」 10:00~11:30 ふれ愛支援センター
	五十沢地区第4回「そだち学級」 10:00~11:30 五十沢地域開発センター
	大和地域第3回「そだち学級」 10:00~11:30 大和公民館
14日	城内地区第3回「そだち学級」 10:00~11:30 城内地域開発センター
16火	第1回「親子サロン」 10:00~11:30 市民会館
20土	読書のつどい 14:00~15:30 南魚沼市図書館 多目的室
21日	猫の譲渡会(魚沼アニマルサポート) 13:00~15:00 FMゆきぐに
25木	第12回農業委員会総会 9:30~ 大和庁舎3階 旧議場

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」などに利用ください。



【問合せ】子育て支援センター ☎772-7754

■時間 9:30~15:30

「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4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

※土曜日は入園している未満児クラスの人でも利用できます

●12月9日（火） 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10日（水） 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。予約は不要です
保険料として1人10円をお願いします

行政 困りごと 相談日

12月12日(金)	13:30~16:00	塩沢老人福祉センター
12月15日(月)	13:30~15:30	働く婦人の家(浦佐)
12月24日(水)	14:00~16:00	本庁舎

【問合せ】総務課 防災庶務班 ☎773-6660



救急医療当番

★市消防本部のテレホンガイド ☎782-1991や
ウェブサイト 南魚沼市 救急医療 検索
でも当番の確認ができます。

12月6日~14日

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

日にち	診療科	受付時間	医療機関	電話番号
6日(土)	内科	13:30~16:00	坂内医院	776-2015
		18:00~翌朝6:00	六日町病院	772-7111
7日(日)	外科	12:00~翌朝6:00	六日町病院	772-7111
	内科	9:00~12:00	休日救急診療所	773-6688
13日(土)	内科	13:30~16:00	米倉医院	778-1121
		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
14日(日)	内科	9:00~12:00	休日救急診療所	773-6688
		13:30~16:00	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

●脳神経外科の休日救急医療 齋藤記念病院 ☎773-5111
(診療時間：土曜12:00~翌朝6:00、日曜・祝日6:00~翌朝6:00)
※服用している薬がある場合は、お薬手帳や服用している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 周辺地図
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)

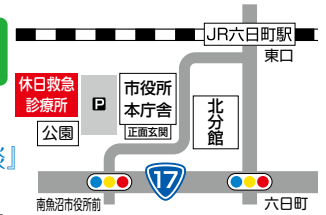
●新潟県「小児救急医療電話相談」
☎025-288-2525

休日の夜間に子どもの具合が悪くなったときに利用ください。経験豊富な看護師が、必要に応じて医師のアドバイスを受けながら相談に応じます。
(土曜・休日19:00~22:00)

◆医療機関の適切な利用に協力をお願いします◆

通常の診療時間のほうが医師やスタッフも揃っているの
で、夜間より適切な治療が受けられます。できるだけ通
常の時間に受診しましょう。また、医療や健康のことを気軽に相談できる
「かかりつけ医」を持ちましょう。病状に応じて適切な病院や医師に紹介
してもらえるので、いざというときも安心です。

●問合せ/医療対策室 ☎773-6706



市民の動き

(平成26年10月末日現在)

- 人口 59,734人(先月比 3)
- 男 29,210人(先月比 6) ●女 30,524人(先月比 -3)
- 世帯数 19,689戸(先月比 1)

◆今月の表紙

11月3日(月・祝)開催の「しおざわ秋の収穫祭」で行われた塩
沢織物の機織り体験。糸を1本1本丁寧に織り込みます。

編集後記

2014年も残り1か月となりました。今年は、南魚沼市市制施行
10周年を記念し、多くのイベントが開催されました。後半のイベ
ントで悪天候のときもありましたが、いつもの年に増して皆さんも楽
しまれたのではないのでしょうか。多くのイベント取材させていただ
いた本年に感謝し、気持ちを新たに来年からの取材に励みたいと
思います。(秘書広報室 阿部)