



みなみ魚沼

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。

問合せ	申込み	日時
会場	期間	時間
対象	資格	定員
費用	締切	内容
講師	持ち物	その他
ファックス	メール	

南魚沼市総合防災訓練

問 総務課 防災庶務班

☎773-6660

7月第一日曜日は南魚沼市総合防災訓練の日
 7月1日(日)
 午前7時～11時

主会場 六日町小学校

自然災害や大規模火災などに備え、防災意識の高揚と防災技術の向上を目的に、総合防災訓練を実施します。主会場と各行政区でそれぞれ訓練を実施し、主会場では参加型の体験コーナーなどを用意します。ぜひご参加ください。

当日は、午前7時ごろに市内全域でサイレンが鳴ります。また、携帯電話会社(ドコモ・au・ソフトバンク)から緊急報メール・エリアメールが配信されます。災害・火災などと間違えないようにご注意ください。

主な訓練

参加型体験(消火・濃煙・降雨、土砂災害、土のうづくり、災害ボランティア、炊き出しなど)、非常招集、無線伝達、災害対策本部設置、被害状況報告、避難、防災ラジ

オ・メール配信システムによる情報伝達、高所救出、一斉放水、非常電源設置・供給、マンホールトイレ設置など

※緊急自動車などが市内各地を走行します。交通事故にご注意ください

国民年金保険料の免除と猶予の受付を行います

問・申市民課 国民年金係
 ☎773-6661

国民年金は、20～60歳のすべての人が加入する基礎年金です。

平成30年度の保険料は、月額16,340円です。保険料の納付が困難な人は、免除・猶予を受けることができます。

「全額免除」「4分の3免除」「半額免除」「4分の1免除」、50歳未満に限り全額が納付猶予される「納付猶予」があります。免除・猶予を希望する人は、申請を行ってください。

※申請後に前年所得、扶養人数、失業などの理由により審査を行います

免除・猶予対象期間
 7月～平成31年6月

申請受付 7月2日(月)から

申請先 市民課、大和・塩沢市民センター、六日町年金事務所

水道メーターを交換します

問 水道課 水道業務係
 ☎774-3141

水道メーターは、計量法で検定有効期間が定められています。市では、検定有効期間が満了となるメーターを交換しています。

市が委託した業者が交換を行います。

作業時のお願い

- ・交換作業のため、業者が声をかけ、敷地内に入らせていただきます。作業後にも業者が声をおかけします。
- ・留守でも作業を行います。
- ・作業を行う5～20分間は、水が使えません。
- ・メーターボックスの上に物を置いたり、駐車したり、犬を近くにつないだりしないでください。

取替期間
 7～10月の毎月上旬

対 検定有効期限が平成31年12月までの水道メーター(メーターの蓋の裏に有効期限のシールが貼ってあります)

※取替後に、にがり水や空気が出る場合がありますが、少しの間、水を出し続けると解消します

住宅用火災警報器は10年経ったら取り替えましょう

問 南魚沼市消防本部 予防課
 ☎782-5330

住宅用火災警報器は、劣化や電池切れなどで火事を感知しなくなることがあるため交換が必要です。交換の目安は設置してから10年です。経過年数は、設置時に本体に記入した「設置年月日」か、本体に記載されている「製造年」で確認してください。

未設置の場合は、早めに設置してください。



平成30年度の国民健康保険税

税務課 市民税係 ☎773-6668

国民健康保険税の税率表

平成30年度から国民健康保険税の税率が変わります。

	変更前			変更後		
	医療分	支援分	介護分	医療分	支援分	介護分
所得割（加入者の前年所得に対して）	6.86%	2.25%	2.01%	5.87%	2.55%	1.97%
均等割（加入者1人あたり）	25,200円	11,100円	14,400円	21,500円	14,500円	14,700円
平等割（1世帯当たり）	22,300円			21,000円		
課税限度額	540,000円	190,000円	160,000円	580,000円	（変更なし）	（変更なし）

低所得者にかかる保険税が軽減拡充

平成30年度から国民健康保険税の軽減判定の所得額が変更され、対象範囲が拡充されます。

軽減割合	変更前	変更後
7割	総所得金額が330,000円以下の世帯	（変更なし）
5割	総所得金額が (270,000円×被保険者と特定同一世帯所属者の数)+330,000円以下の世帯	総所得金額が (275,000円×被保険者と特定同一世帯所属者の数)+330,000円以下の世帯
2割	総所得金額が (490,000円×被保険者と特定同一世帯所属者の数)+330,000円以下の世帯	総所得金額が (500,000円×被保険者と特定同一世帯所属者の数)+330,000円以下の世帯

特定同一世帯所属者：国民健康保険から後期高齢者医療制度に移行後、継続して同一世帯に属する人（世帯主の異動があった場合は、特定同一世帯所属者ではなくなります）

国民健康保険納税通知書の発送日

納税通知書の発送日は、普通徴収（納付書または口座振替）が6月15日（金）、特別徴収（年金天引き）が8月中旬です。

国民健康保険の届出は速やかに

国民健康保険の加入・脱退の届出は、異動が生じた日から14日以内に行ってください。

- 加入の届出が遅れると
 - ・資格を得た月までさかのぼり、国民健康保険税を納めなければなりません。
 - ・保険証がない期間に医療を受けると、その医療費は全額自己負担となります。
- 脱退の届出が遅れると
 - ・納める必要のない国民健康保険税が課税されます。
 - ・社会保険の加入後に国民健康保険の保険証を使用して医療を受けた場合は、国民健康保険が負担した医療費を返還していただきます。

国民健康保険税の減免

世帯所得が著しく減少して生活が困難となったときや、災害で重大な損害を受けたときは、世帯状況や損害の程度に応じて国民健康保険税を減免できる場合があります。減免を受けるには、毎年申請が必要です。詳しくは、市民税係にお問い合わせください。

知って得する！ 林業特集

問 農林課 農地林務係
☎773-6663

木を使う補助金

- ・南魚沼の木で家づくり事業 ～市内産木材の活用に向けて～

概要	個人住宅の新築、増築で使う市内産木材の購入費の1/3（上限50万円）を補助。
申請	市内の工務店が申請。まずは市内の工務店にご相談ください。



牧之保育園にペレットボイラーを設置しました

- ・ふるさと越後の家づくり事業(県事業) ～新潟県も木材利用を応援します～

概要	個人住宅の新築、増築、改築で使う越後杉ブランド材の使用量に応じて補助。(10万円～40万円、条件により加算あり、最大99万円)
申請	工務店が申請。まずは工務店にご相談ください。市内産の木材を使えば「南魚沼の木で家づくり事業」との併用可。

- ・ペレットストーブ等設置補助金事業 ～人と環境にやさしく暖める～

概要	ペレットストーブの設置に対して、個人は経費の1/4（上限10万円）、集会所・農業用施設は費用の1/3（上限15万円）を補助。
申請	農林課に申請。(申請書などは、市ウェブサイトからダウンロード可)

森を育てる補助金・交付金

- ・民有林保育事業 ～森林をお持ちの人へ、森林整備をお手伝い～
林を手入れする委託経費を補助します。補助率は、国・県・市を合わせて最高で80%です。(補助率は、林の状況や作業内容によって変わります)
まずは南魚沼森林組合〔大原〕☎783-3349にご相談ください。
- ・森林・山村多面的機能発揮対策交付金 ～荒れた里山の再生へ～
森林整備を中心とした地域団体の共同活動に対し、交付金を交付します。森林の下刈りや間伐、作業道の整備などが対象。詳しくは、越後ふるさと里山林協議会ウェブサイトをご覧ください。



～こんな時は届出・報告が必要です～

事前に届け出るもの

事後に届け出るもの

森林の土地を売りたい、他人へ贈与したいなど

水源地域の保全に関する県の条例

森林の譲渡などをする人が対象。(相続は対象外)契約などの30日前までに届出が必要。

森林の近くで焼畑や害虫駆除などのために火入れをしたい

火入れ許可申請

森林から1km以内の場所が対象。火入れをする30日前までに申請が必要。
※野焼を許可するものではありません

山に入って木を伐りたい

伐採届出制度

過度な伐採を防ぐための制度。伐採する30日前までと伐採後30日以内に届出が必要。

森林の土地を相続した、他人から買った

森林の土地所有者届

新たに森林の所有者となった日から90日以内に届出が必要。

【問合せ・届出】
南魚沼地域振興局
林業振興課

☎772-8262

【問合せ・届出】
農林課 農地林務係 ☎773-6663

※上記の届出書などは、すべて市ウェブサイトからダウンロード可

男女共同参画週間

問 企画政策課

☎773-6672

6月23日～29日は「男女共同参画週間」です。

男性と女性が、職場・学校・地域・家庭でそれぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、行政機関だけでなく、一人ひとりの取り組みが必要です。男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？

詳しくは、内閣府男女共同参画局のウェブサイトをご覧ください。



走り出せ、性別のハードルを超えて、今

平成30年度 男女共同参画週間 6月23日(土)～29日(金)

男女共同参画推進本部 内閣府男女共同参画局 新潟県男女共同参画推進部

市では、「女と男 みんなでつくろう！ずうっと住みたい南魚沼市」を目標に第3次男女共同参画基本計画を定め、

「男女共同参画社会に向けた意識づくり」「男女が共に参画する活力あるまちづくり」「誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくり」「男女共同参画に取り組み組織づくり」の4つを基本目標に掲げた取り組みを進めています。

誰もが意欲に応じて、あらゆる分野で活躍できる社会にするためには、性別による固定的な役割分担意識の解消や多様な生き方を認め合うなど、市民一人ひとりの正しい理解が必要です。

あなたの会社もハッピー・パートナー企業になりませんか

新潟県では、男女が共に働きやすく、仕事と家庭生活が両立できる職場環境を整え、女性労働者の育成・登用などに積極的に取り組む企業などを「ハッピー・パートナー企業（新潟県男女共同参画推進企業）」として登録し、取組みを支援しています。

対 新潟県内に活動拠点があり、事業活動を行う企業、法人、団体

市内では3月末現在で、医療法人社団 萌気会、社会福

祉法人 桐鈴会、高橋建設株式会社、株式会社 我伊野建設、塩沢信用組合、南魚沼市株式会社 島田組、魚沼のみ農業協同組合、桜井建設株式会社、医療法人 齋藤記念病院、有限会社 吉田電気、五十沢建設 合資会社、社会福祉法人 若葉会、株式会社 関電気、宮仲開発 株式会社、h a k k a i 株式会社の16事業所が登録をしています。（登録順）

詳しくは、新潟県男女平等社会推進課のウェブサイトをご覧ください。

こんなときは新潟県男女平等推進相談室にご相談ください

性別による差別的取扱いや男女の健康・生き方などについて、専任の相談員が相談に応じます。相談は無料、秘密は厳守します。

☎025-285-6605
月～金曜日…午前11時～午後5時30分、土曜日…午前10時～午後4時30分

※祝日・年末年始を除く

南魚沼市男女共同参画推進市民会議（ハ一モ二一）会員登録集中

男女共同参画について、学

習会、講演会などの活動を行っています。

一緒に活動する仲間を募集しています。市内在住であればどなたでも大歓迎です。個人、団体、グループでも入会できます。

夏休みに留学生と英語漬けの一日を過ごしませんか

問 学校教育課

☎777-3118

イングリッシュ・ビレッジ

英語でのワークショップ、アウトドアパーティー

☎8月1日(水)

会 国際大学、八海山麓サイクリングターミナル

対 市内の中学生

定 40人程度

費 2,550円（昼食・パーベキュー代、保険料などを含む）

インターナショナル・ビレッジ

内 留学生との交流活動・アウトドアパーティー

☎8月3日(金)

会 国際大学、八色の森公園ほか

対 市内の小学5・6年生

か

定 70人程度

費 2,450円（昼食・パーベキュー代、保険料などを含む）

共通事項

☑ 7月10日(火)

田 開催要項（申込書）は、各

小中学校、学校教育課で配布。申込みは、各校で受け付けます。（市外の学校に通学する小中学生は、学校教育課で受け付け）

中学校道徳教科用図書展示会

問 学校教育課

☎777-3118

平成31年度の中学校道徳の教科化に伴い、教科書見本を展示します。ぜひご覧ください。

展示する教科書は「魚沼・小千谷地域教科書採択地区協議会」で調査研究・選定、採択作業を行う各業者の教科書見本です。

会 南魚沼市図書館

期 6月15日(金)～28日(木)

**新潟県Uターン促進
奨学金返還支援事業**

問・田新潟県 県民生活・環
境部 新潟暮らし推進課
☎025-280-5635

新潟県では、県内へのU
ターン転職者（県外に就職後、
県内に転入・転職した県内出
身者）の奨学金などの返還を
支援しています。4月からは
対象者を拡大しました。ぜひ
お申し込みください。

☑県内にUターン転職した30
歳未満で、大学などを卒業
後に県外で一定の就業期間
があり、転入後6か月以内
に県内で就業した人

☑年間20万円を上限に、奨学
金などの返還額を最長6年
間支援。支援総額の上限は、
Uターン転職時の奨学金な
どの返還残額（元本分）の
2分の1。

支援要件 翌年度以降の県内
での居住・就業

申請時
申請期限など詳しくは、新
潟県ウェブサイト（「奨学金
返還支援事業」で検索）をご
覧になるか、お問い合わせく
ださい。

**平成31年度 教育・保育
施設の要支援児入園募集**

問・田子育て支援課
☎773-6822

障がいなどの理由で、保育
園・認定こども園などで専任
職員への対応が必要な児童の教
育・保育環境確保のために、
要支援児の入園募集を行いま
す。

☑① 身体障がい者手帳の交
付を受けている
② 療育手帳の交付を受け
ている

③ ①・②と同程度の障が
いがあると医師が診断した
④ 療育相談などで「要観
察」となり、医師が「専任
職員の対応が必要」と判断
した

提出書類
入園申込書、保育園等入園
基準指数表、保育の必要性を
証明する書類（就労証明書、
母子手帳など）、対象児童を
証明する書類（手帳の写し、
医療機関などの診断書、専任
職員の対応を必要とする医師
の紹介状など）

募集期間
7月2日（月）～31日（火）

受付

子育て支援課、大和・塩沢
市民センター、第1希望の園
注意

・現在、保育園などに入園し、
引き続き入園を希望する場
合も申込みが必要です。
・入園後の適切な教育・保育
のため、子育て支援セン
ターが実施する「遊びの教
室」を案内します。
・療育に関する相談は、保健
課（☎773-6811）
で応じます。心配ごとなど
をご相談ください。

**助成対象作物の
現地確認を実施します**

問 南魚沼市大和・六日町地
域農業再生協議会
☎777-3760
南魚沼市塩沢地域農業再
生協議会
☎782-11171

各農家が作成した水稻生産
実施計画書に基づき、経営所
得安定対策などの助成対象作
物の作付が適正に行われてい
るか、現地で確認します。
確認の際、農地以外の私有
地に立ち入る場合があります。

ご理解・ご協力ください。

期間 6月下旬～7月中旬
※月～金曜日の日中に実施
作業実施機関

南魚沼市大和・六日町地域
農業再生協議会、南魚沼市塩
沢地域農業再生協議会、南魚
沼市、JA魚沼みなみ、JA
しおざわ

大月ほたるまつり

問 大月ほたる祭り実行委員
会
☎090-4701-5758

夜空に輝くホタルの光は、
感動的です。まつりには、焼
きそばや焼きトウモロコシな
どの屋台が出店します。ぜひ、
おこしください。

☐ 6月23日（出）午後6時30分
～（雨天決行）
☐ 大月ほたるの里隣（旧ふる
さと会館駐車場）特設会場

**兼続公まつり 神輿を
担いでみませんか**

問・田 大人神輿部長（目黒）
☎090-4011-7563
兼続公まつりの初日を飾る
大人神輿。坂戸・上町・飛龍

連の3つの神輿が、まつり会
場となる中心市街地を練り歩
きます。

祭りを盛り上げる神輿の担
ぎ手を募集します。性別問わ
ず、個人・団体ともに大歓迎。
衣裳などは準備します。

一緒に神輿を担いで祭りを
盛り上げましょう。

☐ 7月17日（火）
午後6時～10時
☐ 7月12日（木）
※集合場所などは、後日連絡
します

**兼続公まつり お六流し
参加者・団体募集**

問・田 兼続公まつり実行委
員会 お六流し部（六日町
観光協会）
☎770-1173

兼続公を歌った民謡で踊る
「お六流し」を盛り上げましょ
う。個人参加も大歓迎です。

☐ 7月18日（水）
午後7時～8時30分
☐ 兼続通り商店街まつり会場
6月25日（月）

しゃくなげ湖まつり
参加者募集

問・申 しゃくなげ湖畔開発
公社

☎774-22200
☎774-3076

日 7月29日(日)

午前9時～午後4時

会 しゃくなげ湖(三國川ダム)

野外ステージ

ステージ参加者

野外ステージに出演してオリジナルのパフォーマンス(ダンスなど)を行う出演者を募集します。

申 代表者の名前、住所、電話番号をお知らせください。

※応募者多数の場合、抽選
飲食ブース出店者

対 市内に住所のある20歳以上の個人、市内に事業所のある法人・団体など

出店には、次の事項への同意が必要です。

・ 出店位置は実行委員会で決定

・ テントなどは設置しません

※雨天の対応、販売に必要な機・イスなどの機材は各自
で用意

申 名前、住所、電話番号、販

売予定品をお知らせください。

※応募者多数の場合、申込期間内でも募集を締め切る場合があります

合があります

共通事項

費 無料

日 7月17日(火)

普通救命講習会Ⅰ、Ⅲ

問・申 南魚沼市消防本部 警

防課 救急係

☎782-5331

いざというときのために応

急手当を学びませんか?心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の取扱いなど、実技を中心にした講習会です。

初めての人も気軽に申し込みください。

普通救命講習会Ⅰは成人、普通救命講習会Ⅲは乳幼児と小児を対象とした処置が中心です。不慮の事故、窒息など、万が一のときに慌てず適切な行動ができるように、実践的な技術を身につけましょう。

普通救命講習会Ⅰ・7月1

日(日) 午後1時～4時

普通救命講習会Ⅲ・7月15

日(日) 午前9時～正午

南魚沼市消防本部「竹俣」
定 各回30人程度

費 無料

※実技のできる服装でおこし
ください

他 受講者には修了証を交付し
ます。

臨床心理士による「こころの相談会」
「秘密厳守」

問・申 子ども・若者育成支

援センター

☎773-6616 「相
談専用」

一人で悩まずに市の臨床心理士に相談してみませんか?

対 市内在住のニート・ひきこもり・不登校などに悩む義務教育終了～39歳の若者と家族

① 7月6日(金) 午後2時～3時

② 7月27日(金) 午前10時～11時

子ども・若者育成支援センター1階相談室

① 7月3日(火)

② 7月24日(火)

電話でお申込みください。

他 相談員による電話相談・来所相談に、随時応じます。

「若者層のメンタルヘルスの課題について」～ひきこもり者支援の現場から」講演

問 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 地域保健課

☎025-772-8137

新潟県精神保健福祉協会魚沼支部総会記念講演会

不登校やひきこもりに悩む人たちのためのフリースペース・スクールを開設した講師が、若者のメンタルヘルスについて講演します。

日 7月4日(水)

午後3時～4時30分

会 十日町市千手中央コミュニティセンター 千年の森ホール「十日町市水口沢」

講 高橋和枝さん(スプリン

フィールド代表)

費 無料

申 不要。直接会場まで。

人権なんでも相談所

「相談無料、秘密厳守」

問 法務局 南魚沼支局

☎772-2164

・ 家庭内(夫婦・親子・相続など)、親族間、近隣間のもめごと・悩みごとなど、

毎日の暮らしの中で起こるさまざまな問題

いじめ、体罰、女性差別、外国人差別などのあらゆる差別問題

相談担当 人権擁護委員

● 7月3日(火)

午後1時～4時

時 午後1時～4時

(受付 午後1時～3時)

会 塩沢庁舎2階

申 不要。直接会場まで。

最寄りの人権擁護委員

・ 木村恵美子「君沢」

☎783-3807

・ 阿部正廣「島新田」

☎782-0850

・ 高橋文子「中子新田」

☎782-4937

● 7月6日(金)

午後1時～4時

時 午後1時～3時

(受付 午後1時～3時)

会 湯之谷老人福祉センター「魚沼市井口新田」

申 不要。直接会場まで。

最寄りの人権擁護委員

・ 細井雅子「魚沼市大沢」

☎025-792-1181

・ 桜井忍「魚沼市大湯温泉」

☎025-795-2346

南魚展出品初心者のための相談会

☎ 773-3756
 社会教育課 文化振興係

今年も秋に南魚沼美術展覧会（南魚展）を開催する予定です。作品の規定、出品方法など、不明な点についてお答えします。

☎ 7月8日(日)
 午後1時30分～4時30分
 中央公民館 研修室
 部門

絵画、彫刻、書道、写真
 費無料（申込不要）

介護職員初任者研修（夜間コース）受講生募集

☎ 775-7525
 田社会福祉法人南魚沼福祉会

「介護職員初任者研修資格」の取得に挑戦してみませんか？介護未経験者も大歓迎です。

期 7月2日(月)～10月30日(火)
 時 火・木曜日…午後6時～9時10分、日曜日…午前9時～午後5時20分、(初回7月2日(月)のみ午後6時～9時)

時40分
 特別養護老人ホームまいこ園〔仙石〕

費 50,069円（受講料・テキスト代）

定 12人（6人に満たない場合は、中止の場合あり）

☎ 6月25日(月) 正午
 ※研修内容、日程などの詳細は、南魚沼福祉会ウェブサイトをご覧ください

「説得力のある話し方講座」受講生募集

☎ 025-794-2410
 田新潟県立魚沼テクノスクール

対 仕事で社内外問わずさまざまな立場の人と接する機会が多い人

期 7月5日(木)・12日(木)
 時 午前9時30分～午後4時30分

会 魚沼中央公民館（堀之内公民館）〔魚沼市堀之内〕
 講 佐藤裕美さん（印象アップコーディネーター）

定 20人
 費 2,400円
 ☎ 6月29日(金)

魚沼サンティックスクール 7月期訓練コース受講生募集

コース名	実施期間	曜日	時間
ワード基礎 補	7/3～7/31（全9回）	火・金	18：30～21：20
2級電気工事施工管理技士受験対策(学科) 補	7/24～9/25（全9回）	火	
第1種電気学科 補	7/27～10/5（全28回）	月・木・金	
1級電気工事施工管理技士受験対策(実地) 補	7/31～10/9（全10回）	火	
丸のこ等取扱い作業安全衛生教育	7/10	火	8：30～14：45
刈払機取扱い作業安全衛生教育	7/27	金	8：30～16：10
足場の組み立て等特別教育	7/31	火	9：00～17：00

補：市の「中小企業研修受講料補助金」に該当

※申込者が少数の時は、中止の場合があります。詳しくは、お問い合わせください

☎ 魚沼サンティックスクール ☎ 772-4554



サマージャンボ7億円
 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ7,000万円
 (1等5千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月9日月2種類同時発売! 発売期間 7/9日(月)～8/3日(金)
 抽せん日 8/14日(金)

公益財団法人新潟県市町村振興協会 各1枚 300円

**ゆかた着付け講座
(二夜連続講座)**

問・甲塩沢公民館

☎782-0100

ゆかたの着付けを学んで、夏祭りや花火大会に出かけましょう。

7月5日(木)「ひとり着付け」
自分で支度できるように稽古します。

7月6日(金)「帯結びを極める」
半幅帯の帯結びをしっかりと稽古します。ちようちよ結び、貝の口、応用。

※1日のみの参加可
時 午後7時～9時

会 塩沢公民館和室
対 市内在住、在勤の中学生以上の女性(18歳以下は、保護者の同意と送迎が必要)

定 12人(先着順)
費 各回500円(当日集金)

講 高橋信子さん
持 ゆかた、半幅帯、伊達締め、腰ひも1～2本、肌着(キャミソールとスパッツでも可)、衿先ベルト(持っている人)、補正用小物(タオルでも可)、帯板

問 生涯スポーツ課
☎773-6630

サッカ―日本代表選手を応援する写真展を開催します。

期 7月15日(日)まで

会 ショッピングセンター「ララ」内 図書館南側通路

市民セミナー料理教室

問・甲塩沢公民館

☎782-0100

メニュー 太巻き三種、桑の茶とフルーツのゼリー

日 7月20日(金) 午前の部…午前10時～正午、午後の部…午後1時30分～3時30分

会 塩沢公民館2階 調理実習室

対 市内在住者・在勤者

講 宮田悠さん
費 800円(当日集金)

持 米2合、巻きす、エプロン、三角巾、ふきん、台ふき、持ち帰り用器、筆記用具

定 20人(先着順)
申込期間 6月18日(月)～22日(金)

夢を力に2018
サッカー日本代表写真展

問 生涯スポーツ課
☎773-6630

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―ト南魚沼内
スポパラ ☎773-3210
ディスポ―ト ☎773-6620

南魚スポーツパラダイス 7・8月期ベビーマッサージ教室

親子で肌と肌の触れ合いを実感しましょう。

日 7月26日、8月2日、8月9日の木曜日(全3回)

時 10:30～12:00

会 ディスポ―ト南魚沼3階 ミーティングルーム

定 11組

対 生後2か月～ハイハイ前の乳児とその母親

費 受講料3,080円、材料費500円

受付開始 6月21日(木) 9:00～

ディスポ―ト南魚沼 アリーナをご利用ください

アリーナには、バスケットゴール・フットサルゴールを用意しています。料金は、1面1時間1,020円です。ぜひご利用ください。アリーナの空き状況については、電話でお問い合わせください。

・バスケットゴール…バスケットボール、ミニバスケットボールで利用可

※ミニバスケットボールで利用する場合も、一般規格のコートラインでの利用となります

・フットサルゴール…1組 ※フットサルのコートラインはありません

体育施設の無断利用禁止

次の体育施設を利用する場合は、利用申請と利用料金の支払いが必要です。無断で利用することはできません。無断利用を確認した場合は、既定の利用料金をいただきます。利用に関する問合せは、ディスポ―ト南魚沼まで。

二日町体育館、二日町グラウンド、二日町テニスコート、五日町雪国スポーツ館、小栗山サンスポーツランド、塩沢勤労者体育センター、塩沢グラウンド、塩沢ゲートボール場、石打グラウンド、大福寺工業団地多目的広場、中之島農村広場、すぱーく塩沢、大和B&G海洋センター、浦佐体育館、大和野球場、浦佐グラウンド

鈴木牧之記念館

開館9:00～16:30

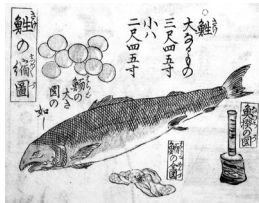
6月の休館【毎週火曜日】

☎・F 782-9860 URL <http://www.6bun.jp/bokushi/>
¥大人500円/小中高250円 (市内小中学生は無料)

◇『北越雪譜』挿絵紹介その37◇

南魚沼では鮭がのぼり、鮭漁が盛んでした。『北越雪譜』には鮭に関する話がいくつも紹介されています。本文で牧之は、鮭を人工的に増やす案があると、養殖について考えていたことがわかります。

挿絵には鮭だけではなく、鱒(筋子)や、卵(イクラ)なども描かれています。



「鮭の縮図」

池田記念美術館

開館9:00～17:00
(入館16:30まで)

6月の休館【毎週水曜日】

☎780-4080 F 777-3815 URL <http://www.ikedart.jp>
¥大人500円/高校生以下無料

星野健司彫刻展 不可思議の森

期7月16日(月・祝)まで

鉄などを素材とした彫刻で、70年代の『不可思議の森』シリーズから『ライダー・トリックスター』などの人体彫刻まで、集大成となる展覧会です。

BASUYA ライブ

日7月1日(日) 18:00～(開場17:30)

費チケット2,000円

バスフルート渡瀬英彦とピアノ寺田正彦を中心に、新潟県出身の3人のフルート奏者が加わった、迫力のライブです。

南魚沼市民会館

受付8:30～17:15

6月の休館【毎週月曜日】

☎773-5500 F 772-8161 ☎0120-150-142
URL <http://www.6bun.jp/kaikan/>

南魚沼市交流大使特別公演「南魚沼より愛を込めて ～歌と笑いと音楽のスペシャルLIVE～」

市の魅力を発信する南魚沼市交流大使の4人が織りなす、すてきなステージをお楽しみください。

日6月24日(日) 14:00～(開場13:30)

会市民会館 大ホール

出演 TSUNEI、葉月みなみ、鈴木Q太郎(ハイキングウォーキング)、橘光一

費全席自由1,500円、高校生以下無料(要整理券)
市民会館、会館プレイガイドで発売中



今泉記念館アートステーション

開館9:00～17:00
(入館16:30まで)

6月15日以降の休館【15日(金)～22日(金)】

☎783-4500 F 783-3388
¥一般500円/小中高250円

常設展 ～彫る 摺る かく～「棟方志功の世界」

企画展 期6月23日(土)～11月4日(日)

「動物&自然を愛でる」

今年、風景画の巨匠・伊東深水が生誕して120年を迎えたことを記念し、「自然」をテーマとした作品や、愛らしい猫などの「動物」が主役の作品を展示します。

「セピック・アート(造形美術)の世界」

パプアニューギニアを中心とする南太平洋の民族美術を多数展示します。今ではパプアニューギニアから作品の持ち出しが禁止されており、大変貴重なコレクションです。

棟方志功アートステーション

開館9:00～17:00
(入館16:30まで)

6月15日以降の休館【15日(金)～30日(土)】

☎770-1173 F 770-1183

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

¥大人500円/小中高250円

雨・雲・雪・川・海～流転する水のかたち～

期7月7日(土)～11月18日(日)

私たちに身近で、生きていくうえでなくてはならない存在の「水」がテーマの展示です。川、雨、雪など、変化するさまざまな水の作品を展示します。

トミオカホワイト美術館

開館9:00～17:00
(入館16:30まで)

6月の休館【毎週水曜日】

☎775-3646 F 775-3650 URL <http://6bun.jp/white/>
¥一般500円/小中高250円 (市内小中学生は無料)

市民無料の日: 18日(月)、28日(木)

富岡惣一郎 「越後の風景」

期7月17日(火)まで

橘光一「七夕コンサート」～音楽に願いをのせて～

南魚沼市交流大使の橘氏による電子オルガン演奏。子どもから大人まで楽しめます。

日7月7日(土) 14:00～(開場13:30)

会トミオカホワイト美術館

費前売券1,500円、当日券1,800円、中学生以下無料(要整理券)

曲目 「天地人」オープニングテーマ、威風堂々第1番など

チケット取扱 トミオカホワイト美術館、市民会館、コミュニティーホールさわらびほか

※当日は、コンサートのため臨時休館



糖尿病予防講演会

問 保健課

☎773-6811

人工透析が必要となる原因の第1位は、糖尿病によるものです。腎臓を守るためには、糖尿病の予防が大切です。

糖尿病の基礎知識や予防について専門医が講演します。ぜひおこしくください。

日・会 7月4日(水) 大和庁舎

3階 大会議室、7月11日(水) 本庁舎2階 大会議室、

7月20日(金) 塩沢公民館

時 午後7時～8時30分

内 テーマ「糖尿病にならない

ために、なっても上手に付

き合うために」、糖尿病の

基礎知識、治療の重要性、

予防のポイント

講 上村伯人医師(上村医院院

長)

費 無料

申 不要。直接会場まで。

心豊かな子育て教室

「そだち学級」

問 社会教育課 生涯学習班

☎773-6610

子育てのわ(輪・和・話)

を広げよう!気軽に参加く

ださい。初めての人、里帰り

の人、上の子を連れて来た人、お

じいちゃん・おばあちゃんも

大歓迎です。お住いの地域以

外の会場にも参加できます。

対 0～3歳の乳幼児とその保

護者など

費 1人10円(保険料)

申 不要。直接会場まで。

※動きやすい服装でおこしく

ださい

六日町地区 第1回

日 7月1日(日)

午前10時～11時30分

(受付 午前9時30分)

会 ふれ愛支援センター2階

大会議室

内 「手形でポン!と七夕かざ

り

持 マイカップ、手拭きタオル

※汚れてもよい服装でおこし

ください

大和地域 第1回

日 7月7日(土)

午前10時～11時30分

(受付:午前9時30分)

会 大和B&G海洋センター

体育館

内 「みんなで七夕を楽しもう」

7月 にここ広場カレンダー

にここ広場は入園前の子どもが対象です。各保育園のにここ広場にでかけてみませんか。

日	曜日	園名・電話番号	時間	内容	注意	
3	火	大崎 ☎779-2762	9:45～10:45	親子で七夕飾りを作ろう	保険料一人10円が必要。問合せは、各保育園まで。	
10	火	五日町 ☎776-2155	10:00～11:00	りす組と遊ぼう		
		上長崎 ☎782-1184		一緒に遊ぼう		
11	水	あおば ☎775-2274	9:45～10:45	ホールで遊びましょう		
19	木	赤石 ☎779-3008	10:00～11:00	水遊び(雨天・室内遊び) ・宮、上関、西五十沢、上原(25日(水)のみ)、 藪神は雨天中止		
		宮 ☎774-2066				
		舞子 ☎782-0436	9:45～10:45			
		上関 ☎783-2956				
20	金	西五十沢 ☎772-3044	10:00～11:00			
24	火	四十日 ☎776-3551	9:45～10:45			
		上原 ☎775-2114				
25	水	藪神 ☎777-2331				
		下長崎 ☎782-0092				夏まつりごっこにご招待
26	木	八幡 ☎772-2715				
27	金	西五十沢 ☎772-3044	10:00～11:00	水遊び(雨天・室内遊び) ・八幡、西五十沢は雨天中止		
31	火	石打 ☎783-3624	9:45～10:45			

保育園

あそびの広場

●公設民営・私立保育園

詳しくは各施設にお問い合わせください

園名・電話番号	内 容	日程（祝日は除く）	時 間
浦佐認定 こども園 ☎777-5560	自由来館	木・日曜日以外	10:00～16:00
	体を動かして遊ぼう	月曜日	10:00～11:30
	絵本で遊ぼう	火曜日	※詳しくは、医療法人萌気会のウェブサイトか、子育て支援だより「ひだまり」をご覧ください
	作って遊ぼう	水曜日	
	わらべうたで遊ぼう・英語で遊ぼう	金曜日	
	支援ルーム・ホール・園庭で遊ぼう	土曜日	
	身体測定	毎月2回	
	誕生日会・ピラティス	毎月開催	
上 町 ☎773-6187	英語で遊ぼう（要予約）	毎月第2木曜日	10:00～11:30
	めぐちゃん（要予約）	毎月第4木曜日	
めぐみ野 ☎773-5257	にこにこデー	火・木曜日	10:00～11:00
	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	15:30～16:00
野の百合 ☎772-2627	支援センター開放	月～土曜日	10:00～15:00 (土曜日10:00～11:30)
	身体測定	月曜日	
	親子で手づくり	火曜日	
	こども園であそぼう	水・木曜日	
	誕生会・リフレッシュデー ハーブ&カフェ・子育てのお話	毎月開催	
	ちくちくあみあみ（縫い物と編み物）	金曜日	10:00～11:30
	マタニティサロン		13:00～15:00
わかば ☎778-2038	わくわくコーナー（園開放）	月・火曜日	10:00～11:30
	親子保育体験日	月2回	10:00～12:00
	ふれあい広場・きらめき工作	月1回木曜日	10:00～12:00
金 城 ☎782-0608	にこにこクラブ	毎週水曜日	13:30～14:30
	自由来館（ランチルームあります）	水曜日以外	10:00～18:00
		水曜日	13:00～18:00
金城わかば 児童館 ☎782-5163 ※詳しくは、毎月発行の児童館だよりをご覧ください	親子で遊ぼう！（あそびの広場）	毎週月曜日	10:00～12:00
	親子でおやつを作ろう！（モグモグ広場）	毎週火曜日	10:30～11:30
	親子料理教室・親子保育園体験	月1～2回ずつ木曜日	10:00～12:00
	アロマ教室		10:30～11:30
	リフレッシュ教室	月1～2回ずつ金曜日	10:15～11:15
	みのりクラブ・手作り広場		10:30～11:30
	ママ'sカフェ	7月12日(木)	10:30～11:30
	納涼祭	7月27日(金)	18:30～19:45
南魚沼 どろんこ ☎788-0592 ※詳しくは、お問い合わせください	自然食堂（要申込み）	毎週水曜日	10:00～12:00
	芸術学校・寺親屋・自然学校（内容は週により変わります）	毎週金曜日	10:00～12:00
	青空保育（道の駅南魚沼「雪あかり」）	毎月1回木曜日	10:30～12:00
	身体測定・誕生会	毎月1回	

※むいかまちこども園（☎772-4577）は、直接園にお問い合わせください

7月の住民健診日程

問保健課 ☎773-6811

南魚沼市住民健診カレンダー

- ・基礎健診を受診する40歳以上の人は、保険証を忘れずにお持ちください。
- ・健診日に都合がつかない場合は、日程・会場を変更することができます。新規の申込みや健診項目の変更・追加は、早めにご連絡ください。
- ・会場・健診内容によって受付時間が異なります。ご注意ください。
- ・健診内容・受付時間などの詳しい内容は「住民健診カレンダー」に掲載しています。

健診内容 (各地域共通)

- 合同健診…基礎健診／肺がん・結核検診（胸部レントゲン）／胃がん検診／大腸がん検診／他オプションあり 注意：胃がん検診は午前のみ実施
- 婦人検診…乳がん検診／子宮頸がん検診

大和地域 ※健友館は合同健診と婦人検診を同日に実施

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
7月24日(火)	7:30～9:00	合同健診 婦人検診	田町、富町	健友館
7月25日(水)	13:00～14:00 ※胃・乳がん検診は午前のみ、子宮頸がん検診は午前		前原町、荒山、大倉、船ヶ沢新田、黒土新田	
7月26日(木)	7:30～8:00		上一、一村尾	
7月27日(金)			上二、一村尾	

六日町地域

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
7月3日(火)	9:00～11:00 13:00～15:00	婦人検診	清水瀬、野中、土沢、舞台、畔地、畔地新田、日の出町、小川、原、蛭窪、永松、京岡、京岡新田、中川、中川新田、金城、山谷、深沢、岩崎、二日町	市民会館 多目的 ホール
7月4日(水)			長森新田、麓、宮、宮村下新田、津久野上新田、津久野下新田、学校町1丁目、栄町	
7月9日(月)	7:30～10:30 13:00～14:00	合同健診	上町1丁目1区、上町1丁目2区	
7月10日(火)			小栗山、沖町	
7月11日(水)			大和町2丁目、緑町、西泉田	

塩沢地域

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
7月13日(金)	9:00～11:00 13:00～15:00	婦人検診	姥沢、台上、蟹沢、清水、大里、小木六、八竜、中野、古川、小杉、大木六、吉山、大木六原、柄沢、仙石	塩沢保健 センター
7月17日(火)	7:30～10:30 13:00～14:00		合同健診	
7月18日(水)		四分区、六分区、目来田		
7月19日(木)		南田中、大沢、下一日市、上一日市		
7月24日(火)	9:00～11:00 13:00～15:00	婦人検診	島新田、竹俣、竹俣新田、片田、思川、岩之下、栃窪、北山、三分区、上十日町	

7月

乳幼児健診などの日程

問 保健課
☎ 773-6811

*実施日の2日前・前日・当日のいずれかに発熱・発疹などの症状がある人は、健診や教室の参加を自粛してください

事業	対象	北 部 (大和地域、大巻・城内・五十沢地区) 健友館 (大和病院となり)		南 部 (六日町地区、塩沢地域) 塩沢保健センター	
		日にち	受付時間	日にち	受付時間
4か月児健診	30年3月生	7月27日(金)	13:00～13:10	7月26日(木)	13:00～13:10
10か月児健診	29年9月生	生後10か月になったら、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	29年6月生 北部は 5月生も含む	7月18日(水)	13:00～13:10	7月31日(火)	13:00～13:10
1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布	28年12月生	7月13日(金)	13:00～13:10	7月20日(金)	13:00～13:10
2歳児歯科健診 フッ化物塗布	28年6月生	7月5日(木)	9:00～9:10	7月10日(火)	13:00～13:10
2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	27年12月生	7月3日(火)	9:00～9:10	7月4日(水)	13:00～13:10
3歳児健診・歯科健診 ・フッ化物塗布	27年6月生	7月12日(木)	13:00～13:10	7月25日(水)	13:00～13:10

講座・教室名	対象	日にち	受付時間	会場	申込み
もぐもぐ教室 (離乳食教室)	29年12月生	7月24日(火)	9:30～9:45	子育て支援センター 子育ての駅ほのぼの	実施日の3日前までに保健課に申込み

●持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

ハチミツを1歳未満の乳児に食べさせないでください ～乳児ボツリヌス症に注意～

乳児ボツリヌス症 1歳未満の乳児は、腸内環境が大人のように整っていません。ボツリヌス菌（芽胞）が口から体に入ると、腸内で発芽・増殖し、生産された毒素により乳児ボツリヌス症を発症します。

症状 初期は、数日間、便秘が続きます。進行すると筋力の低下、哺乳力の低下、泣き声が小さくなるなどの症状を引き起こすことがあります。ほとんどの場合は適切な治療を受けることで治癒しますが、重症化すると呼吸困難になり死に至る場合があります。

予防 原因となる食品は、主にハチミツだといわれています。ハチミツにはボツリヌス菌が含まれることがあり、ボツリヌス菌（芽胞）は熱に強く、100℃で長時間加熱しても死滅しません。予防のために、1歳未満の乳児にハチミツとハチミツを含む食品を食べさせることは避けましょう。多くのハチミツとハチミツを含む食品には「1歳未満の乳児には与えないでください」と表示されています。

※1歳を過ぎればハチミツを食べても乳児ボツリヌス症を発症することはないといわれています

市では、4か月児健診、もぐもぐ教室（離乳食教室）で、乳幼児にとって危険性の高い食品などの情報提供を行っています。

マタニティサロン

問 保健課 ☎ 773-6811

妊娠中期の夫婦を対象としたサロンです。これからの子育てに向けて、妊娠中の悩みを話したり、夫が妊婦体験を行います。出産前後の各種制度や健康管理などの情報もお知らせします。

☑ 7月7日(土) 9:30～11:30 ☑ 7月6日(金)

☑ 子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」〔イオン六日町店専門店館〕

☑ 対 出産予定月が平成30年11月・12月の夫婦(子どもの保育が必要な場合は、申込み時にお申し出ください)

☑ 持 母子健康手帳、妊娠届時に配布した茶封筒一式、必要に応じて座布団・膝掛けなど

救急医療

問 保健課 ☎773-6811

救急医療のかかり方

①電話をかける

次の病院に電話で症状を伝えてください。重症（意識がないなど）の場合は、119番で救急車を呼んでください。

- 南魚沼市民病院 …………… ☎788-1222
- 魚沼基幹病院 …………… ☎777-3200
- 齋藤記念病院(脳神経外科救急) ☎773-5111

※電話のかけまちがいにご注意ください

②指示通りに受診する

- ・電話での指示に従って受診してください。
- ・スタッフの状況や症状などに応じて、他の医療機関を案内する場合があります。
- ・緊急度や重症度の高い順に対応するため、診察の順番が前後し、待ち時間が長くなる場合があります。
- ・休日・夜間は検査や人員体制が十分ではないので、できるだけ通常の診療時間内に受診してください。

新潟県『救急医療電話相談』

☎025-284-7119 (#7119でも可)

夜間に具合が悪くなったとき（発熱、頭痛、嘔吐、下痢など）にご利用ください。

新潟県『小児救急医療電話相談』

☎025-288-2525 (#8000でも可)

夜間に子ども（15歳未満）の具合が悪くなったとき（発熱、けがなど）にご利用ください。

☎19:00～翌朝8:00（毎日）

子ども・若者育成支援センター ～通称「子若センター」～

家族だけで悩まずにご相談ください。相談員が電話・来所相談に応じます。

☎祝日・年末年始を除く月～金曜日

午前9時～午後4時30分

教育支援担当（義務教育期）

☎773-3177

不登校などの児童・生徒とその保護者などを対象に、相談・支援を行っています。

若者支援担当（義務教育終了～39歳の若者）

☎773-6616

ニート・ひきこもりなどの若者とその家族を対象に、相談・支援を行っています。

みんなの図書館

南魚沼市図書館（えきまえ図書館本の杜） ☎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階） ☎782-0100

6月30日(土)に山開きを迎える坂戸山は、1年を通して多くの人に親しまれる山です。その里山の魅力を熱く語るトークショーを図書館で開催します。

☎6月24日(日) 14:00～16:00（入場無料）

新着図書の一部を紹介します

※下記以外の新着図書は館内かWebOPACでご確認ください

よみもの		
・玉村警部補の巡礼	海堂 尊	
・日めくり子規・漱石 俳句でめぐる365日	神野 紗希	
・ウイステリアと三人の女たち	川上未映子	
・小萩のかんざし	北村 薫	
・じっと手を見る	窪 美澄	
・カットバック 警視庁FC 2	今野 敏	
・オリンピックへ行こう！	真保 裕一	
・青空と逃げる	辻村 深月	
・ペインレス 上・下	天童 荒太	
・小屋を燃す	南木 佳士	
・5時過ぎランチ	羽田 圭介	
・雨と詩人と落花と	葉室 麟	
・魔力の胎動	東野 圭吾	
・わかって下さい	藤田 宜永	
・湖畔の愛	町田 康	
・風は西から	村山 由佳	
・凶犬の眼	柚月 裕子	
・花のいのち	瀬戸内寂聴	
・100歳の100の知恵	吉沢 久子	
・乗客ナンバー23の消失 セバスチャン・フィツェック		
その他	・スマホが学力を破壊する 川島 隆太	
	・米に生きる男 野上茂の半生 高嶋ゆかり	
	・悪性脳リンパ腫の僕が再び教壇に立てた理由(わけ) 常山 昭男	
	・幸福寿命 ホルモンと腸内細菌が導く100年人生	
	・教養としてのテクノロジー AI、仮想通貨、ブロックチェーン 伊藤 穰一	
	・老いる勇氣 これからの人生をどう生きるか	
	・あなたはそのまま愛されている 渡辺 和子	
	・おカネの教室 僕らがおかしなクラブで学んだ秘密	
	・大学ランキング 2019年版	
	・骨粗鬆症 予防・検査・治療のすべてがわかる本	
	・小児科医がすすめる最高の子育て食 伊藤 明子	
	・荻原博子のグレート老後 荻原 博子	
	・旬を楽しむ梅しごと 梅干しから梅酒、毎日の梅レシピまで 山田 奈美	
	・栽培のコツがわかるベランダガーデニング	
	・入社1年目人前であがらずに話す教科書	