

2018 9.15 (平成30年)



# 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
- 費費用 締締切 内内容
- 講講師 持持ち物 他その他
- Fファックス 〓メール

市民会館開館30周年記念  
NHK「新・BS日本のうた」公開収録 観覧者募集

問 NHK新潟放送局  
☎025-2330-1619 (自動音声案内)  
南魚沼市民会館  
☎773-5500  
社会教育課 文化振興係  
☎773-3756



市民会館の開館30周年を記念して、市、公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社、NHK新潟放送局の共催でBSプレミアム「新・BS日本のうた」の公開収録を行います。観覧希望者を募集します。

日 11月8日(木)

開演…午後6時40分  
終演予定…午後8時40分

会 市民会館 大ホール

出演予定 秋岡秀治、上杉香緒里、キム・ヨンジャ、島津亜矢、神野美伽、田川寿

美、中西りえ、野中さおり、バク・ジュニョン、藤原浩、水森かおり ほか(50音順)  
費 無料

申 郵便局の往復はがき(私製は不可)に次項を記入してご応募ください。応募は、一人一通に限りです。

往 信裏面 郵便番号、住所、名前  
返 信表面 郵便番号、住所、名前

※返信裏面は、白紙のまま送付してください。抽選結果を印刷して返送します。また、応募内容に含まれる個人情報情報は、抽選結果の通知以外にNHKが受信料の支払いのお願いに使用する場合があります

宛 先 〒949-6680  
南魚沼市六日町865番地  
南魚沼市民会館「新・BS日本のうた」観覧係

※転売を目的とした申込みは固くお断りします

〓 10月9日(火)必着  
※応募多数の場合は抽選。当選者に入場整理券(1歳以上を1人とし、1枚で2人まで入場可)を返送します

エコプラント魚沼  
燃やせないごみ・大型ごみの受け入れを休止します

問 魚沼市役所 環境課 廃棄物対策室(エコプラント魚沼内)  
☎025-792-3055

10月1日(月)〜10日(水)に施設の点検のため、エコプラント魚沼では燃やせないごみと大型ごみの受け入れを休止します。大和地域の人は、燃やせないごみと大型ごみを持ち込まないようにご注意ください。期間中は大和地域の燃やせないごみの収集を行いません。詳しくは、家庭ごみ収集カレンダーをご覧ください。

木造住宅耐震診断

支援事業  
受付は11月30日(金)まで

問 〓 都市計画課 施設係  
☎773-6662

木造住宅の耐震診断にかかる費用の一部を補助します。この機会に自宅の耐震性を調べてみませんか?  
〓 次のすべてに該当する住宅・市内に所在する個人所有の

一戸建て住宅か併用住宅  
昭和56年5月31日以前に着工  
・壁、柱、床、屋根、その他  
主要な部分が木造

補助額 60,000〜80,000円(自己負担額10,000〜20,000円)

〓 11月30日(金)  
※詳しくは市報4月1日号をご覧ください

洪水情報を緊急速報メールで配信しています

問 国土交通省 信濃川河川事務所  
☎0258-32-3273

国が管理する魚野川で氾濫の危険性が高まった時に、緊急速報メールを自動で配信しています。メールを受信したら、雨の降り方や魚野川の水位を国土交通省「川の防災情報」ウェブサイトを確認しましょう。



「川の防災情報」ウェブサイト  
魚野川・六日町水位

## 平成31年度 教育認定入園児募集

教育認定（1号認定）の入園児を募集します。市内保育園・認定こども園の保育認定（2・3号認定）の入園募集と浦佐認定こども園の教育認定の入園募集は、11月1日(木)～15日(木)の予定です。詳しくは、市報10月15日号でお知らせします。

☎ 子育て支援課 ☎ 773-6822

**教育認定（1号認定）と保育認定（2・3号認定）**  
 教育認定は、認定こども園や幼稚園などの教育施設の利用を希望する子どもが受ける認定です。保護者の就労や疾病などにより、保育を必要とする事由がある子どもは、保育認定となります。

園名・☎・☒	募集定員 (在園児分除く)				願 書		入園説明会 ※下記日程以外は随時開催。各園にお問い合わせください	入園 面接日
	満3歳	3歳	4歳	5歳	配布・受付	配布場所		
むいかまちこども園 ☎ 772-4577 ☒ hanasatoyuki@gmail.com)	5人	7人	若干名	若干名	配布 10/1(月)～ 受付 10/1(月)～11(木) 時 8:30～17:30 ※定員を超えた場合は、抽選	むいかまちこども園、市役所各庁舎	10/4(木) 10:30～11:00 園内見学、 11:00～11:30 説明会	11/2(金)
金城幼稚園・保育園 ☎ 782-0608 ☒ info@kinjou.ac.jp	5人	15人	若干名	若干名	配布 10/1(日)～ 受付 10/5(金)～ ※定員を超えた場合は、抽選	金城幼稚園・保育園、塩沢金城わかば児童館、市役所各庁舎	10/17(水) 10:00～11:45 説明会、 11:50～12:20 給食試食（希望者のみ） ☒ 予約が必要	10/18(木)以降随時
めぐみ野こども園 ☎ 773-5257 ☒ megumino@image.ocn.ne.jp		3人	若干名	若干名	配布 10/1(月)～ 受付 10/1(月)～ (先着順)	めぐみ野こども園、市役所各庁舎	10/1(月) 10:00～11:30 園内見学と説明会	11/1(木)以降随時
南魚沼どろんこ保育園 ☎ 788-0592 ☒ minami-uonuma@doronko.biz		5人	4人	5人	配布 10/11(木)～ 受付 10/22(月)～ (先着順)	南魚沼どろんこ保育園（市役所各庁舎で園案内を配布）	10/11(木) 10:00～10:30 説明会、 10:30～11:00 園内見学	10/22(月)以降随時
野の百合こども園 ☎ 772-2627		5人	若干名	若干名	配布 10/1(月)～ 受付 10/1(月)～ (先着順)	野の百合こども園、市役所各庁舎	10/1(月) 10:00～11:00 園内見学と説明会、 11:00～11:30 茶話会 ☒ 予約が必要	11/1(木)以降随時
わかば保育園 ☎ 778-2038 ☒ wakaba@kinjyou.ac.jp		3人	1人	1人	配布 10/2(火)～ 受付 10/5(金)～ (先着順)	わかば保育園、市役所各庁舎	10/24(水) 13:30～14:30 説明会と園内見学	11/2(金)以降随時

# 第14回 八色の森市民まつり

日 10月7日(日) 10:00～15:30

会 八色の森公園

問 商工観光課 ☎773-6665

主催 八色の森市民まつり実行委員会

※内容は、一部変更する場合があります

## 魚沼ダンス・フェスティバル



## 子ども広場

土木フェア、親子ミニ四駆教室、銅板工作体験、消防車・救急車展示



## 熱気球体験搭乗

秋の大空へ  
[さわらび前]



小千谷法人会大和地区会事業

## テント村

たこ焼、焼そば、ラーメン、焼き肉、志んこ餅、綿あめ、仙人鍋、おこわ、各種飲み物、フリーマーケット、包丁砥ぎ、金魚すくい など

ごみの減量のために、マイバッグをご持参ください。

## おたのしみ大抽選会 14:00～

12:00からステージ隣商工会テントで抽選券を配布

## こめつぐ君 ふわふわドーム

遊びに  
来てね



## むかしやコーナー

蒸し芋配布、昔あそび体験

## 池田記念美術館

当日入館無料

## 同時開催 JA魚沼みなみ「ふれあい祭り」

みかん詰め放題、餅まき、餅つき体験、新米おにぎり配布、動物ふれあい広場

### 周辺案内図

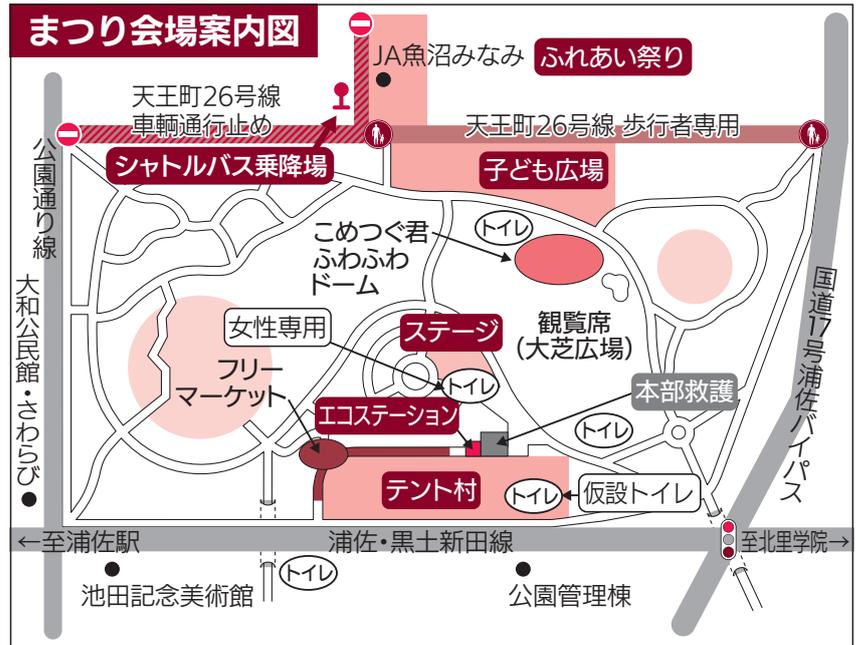


交通規制 (午前9時30分～午後3時30分)

歩行者専用道路

車輛通行止め(シャトルバス専用)

### まつり会場案内図



## シャトルバスをご利用ください

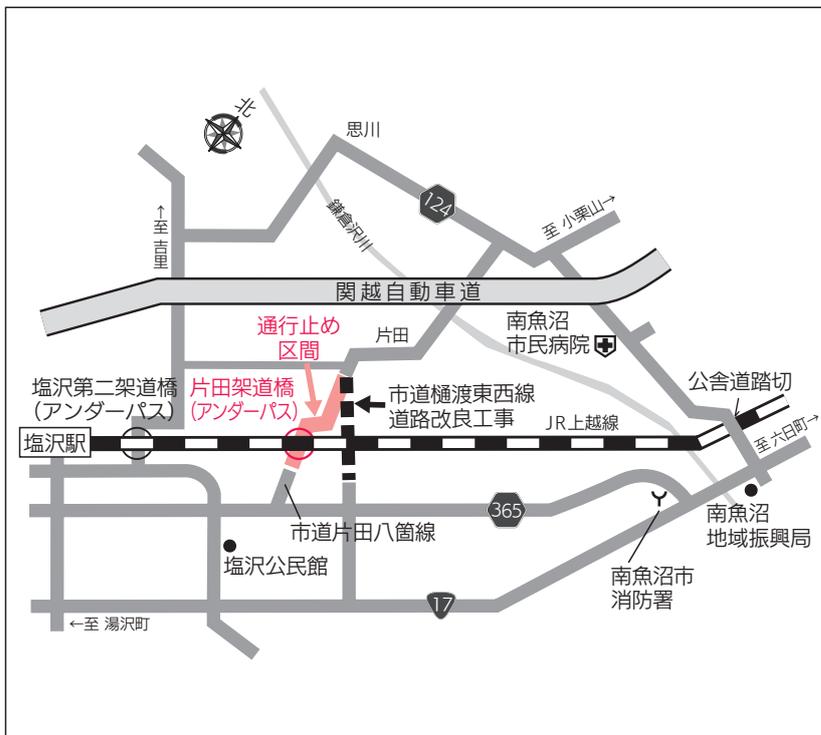
車での来場は、大和庁舎駐車場をご利用ください。会場までシャトルバスで送迎します。電車などを利用する人は、浦佐駅東口からご乗車ください。会場周辺の道路や歩道・私有地には車を駐車しないでください。

## 市道片田八箇線〔片田・六分区〕で 車両通行止めを行います

都市計画課 施設係 ☎773-6662

市道樋渡東西線道路改良工事（工事期間：平成32年度末まで予定）のため、市道片田八箇線の一部区間について一般車両は終日通行止めとなります。期間中は片田架道橋（アンダーパス）を通り抜けられません。六日町側の公舎道踏切、塩沢側の塩沢第二架道橋（アンダーパス）などから迂回してください。

期 9月18日(火)～



## 市道市役所通線〔伊勢町〕で 車両通行止めを行います

下水道課 下水道工務係 ☎774-2740

寺裏雨水幹線（水路）、流雪溝送水管敷設とNTT管の敷設替えの共同施工工事のため、市道旭町上町線と市道市役所通線との交差点部が終日車両通行止めとなります。県道六日町停車場線などから迂回してください。

歩行者は通行できます。

期 10月15日(月)～12月15日(土)  
※工事の進捗状況により、短縮・延長する場合があります



**学校教育課・学習指導センターが移転します**

☎777-3118

学校教育課と学習指導センターは、10月9日(火)に大和庁舎から市民会館2階旧図書館に移転します。移転後の電話番号は次のとおり変更となります。ご注意ください。

学校教育課  
☎773-6700  
学習指導センター  
☎773-6702

**大和スマートICの利用台数が400万台に到達**

☎773-6672

関越自動車道大和スマートICの利用台数が、8月15日(水)で累計400万台に到達しました。平成17年6月1日の開通から約13年3か月での到達です。

1日の平均利用台数は開通時に350台でしたが、平成29年度には1,110台となり、3倍以上に増加しています。

す。

平成28年3月28日からは、24時間運用が開始され、市民生活をはじめ、ビジネス、観光面でも利便性が向上しました。地域医療や救急医療活動にも大きく貢献しています。今後大和スマートICを積極的にご利用ください。

**平成30年度  
コミュニティ助成事業**

☎773-6672

コミュニティ助成事業は、一般財団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、集会所設やコミュニティ活動備品の整備、安全な地域づくりなどに対して助成する事業です。

市では、これまで行政区や自主防災組織などで、区内の祭礼に必要な備品や防災用品の整備などで助成を受け、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ってきました。平成30年度は、池田原区(城内)が子ども神輿や曳車などを整備しました。地域文化の継承に向けて区民の連帯感が

高まり、地域コミュニティの活性化を図ることができました。



**秋の全国交通安全運動**

☎773-6666

スローガン「秋の道 早い夕暮れ 早めのライト」  
9月21日(金)〜30日(日)に「秋の全国交通安全運動」が実施されます。

**運動の重点**  
・子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止  
・夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

・すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底  
・飲酒運転の根絶  
・横断歩行者の保護

9月30日(日)は「交通事故死ゼロを目指す日」  
記録の残る昭和43年以降、全国では毎日、交通死亡事故が発生しています。

一人ひとりが交通ルールを守り、いつも以上に交通事故の防止に努めましょう。

**魚沼基幹病院  
作業停電に伴う休日  
救急対応**

☎777-3200(代表)

電気設備の定期点検のため、病院内を停電します。点検作業中は、原則として救急患者の受け入れができません。他の休日救急病院などを受診してください。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。

ご理解とご協力をお願いします。  
☎10月21日(日)  
午前8時〜午後2時

**お詫びと訂正  
生涯スポーツ課**

☎773-6630

市報9月1日号16ページの「平成30年度南魚沼市体育協会市民体育祭」の内容に誤りがありました。お詫びして訂正します。

**訂正前**

剣道 日時 10月21日(日)  
会場 ディスポート南魚沼

ソフトテニス 日時 10月9日(火)  
締切り 9月30日(日)  
太極拳 日時 10月21日(日)  
会場 ディスポート南魚沼

訂正後  
剣道 日時 10月7日(日)  
会場 五日町雪国スポーツ館

ソフトテニス 日時 10月8日(月・祝)  
締切り 9月29日(土)

太極拳 日時 10月28日(日)  
会場 塩沢勤労者体育センター

太極拳 日時 10月28日(日)  
会場 塩沢勤労者体育センター

## ハートマッチにいがた 臨時窓口の開設

問にいがた出会いサポート  
センター  
☎025-384-4151

新潟県が導入した「ハート  
マッチにいがた」は、結婚を  
希望する独身者に1対1の出  
会いの場を創出するためのシ  
ステムです。システム登録か  
ら結婚までを支援する「にい  
がた出会いサポートセン  
ター」の臨時窓口を開設しま  
す。

日10月6日(出)

午前10時〜午後5時

会小出ボランティアセンター  
2階 研修室（魚沼市小出  
島）

対次のすべてを満たす人

- ・結婚を希望し、自ら努力す  
る20歳以上の独身
- ・県内に在住・在勤か、県内  
への居住を希望する
- ・インターネットやメールを  
使用できる

費1万円（税込み、2年間有  
効）

申ハートマッチにいがたウェ  
ブサイトからお申し込みく  
ださい。

## むかしやの会 会員募集

問・申社会教育課 文化振興  
係  
☎773-3756

八色の森公園内にある「む  
かしや」は昔の民具・民俗資  
料や大和地域で出土した土器  
や石器を展示しています。  
むかしやの会は、昔の生活  
の解説や体験を行うボラン  
ティア団体です。来園者に民  
具の解説やわら細工の体験指  
導をしてみませんか？

活動内容

- ・むかしやの展示解説員（月  
1〜2回程度、当番制）
- ・学校・団体などの見学対応
- ・わら細工などの体験指導

申電話でお申し込みください。

## シルバー人材センター 10月16日(火)は感謝の日

問・申公益社団法人南魚沼  
シルバー人材センター  
☎772-4973

地域のみなさんからの支援  
に感謝し、一層の理解を願っ  
て除草・清掃などの奉仕作業  
を行います。

会六日町・五日町・魚沼丘陵

## 土木フェアを開催

問南魚沼地域振興局 地域整  
備部 計画調整課  
☎772-3975

「八色の森市民まつり」の  
会場で、土木フェアを開催し  
ます。  
地域の安全安心な暮らしを  
守る河川・道路事業など、土  
木に関するパネルの展示、建  
設機械の乗車体験など、楽し  
い催し物を予定しています。

日10月7日(日)

午前10時〜午後3時30分

会八色の森公園（天王町（浦  
佐））

## 体育施設の利用団体 調整会議

問生涯スポーツ課  
☎773-6630

調整期間 12月1日(出)〜平成

31年3月31日(日)

大和地域の体育施設

日10月16日(火) 午後7時〜

会大和公民館 大会議室

日10月3日(水) 午後7時〜

会デイスポート南魚沼

アリーナ

塩沢地域の体育施設

日10月10日(水) 午後7時〜

会塩沢公民館 講堂

午前8時50分〜  
中学生以上 1,000円  
小学生以下 500円

コース

水無溪谷コース 10km  
15km

定200人（先着順）

日10月10日(水)

## ほくほく線「はじめて のおつかい電車」

問・申北越急行株式会社 営  
業企画課  
☎025-750-1251

✉otsukai2@hokuhoku.co.jp

ほくほく線に乗って、友だ  
ちや兄弟と一緒に子どもたち  
だけで、おつかいをしてきま  
す。

日10月14日(日) 午前8時15分

六日町駅集合

申メールに、代表保護者の名  
前・住所・電話番号、参加  
する子どもの名前・住所・  
電話番号・学年・性別を記  
載してお申し込みください。  
※1グループ小学生5人まで

日10月1日(月) 必着

※申込み多数の場合は、抽選

## 普通救命講習会

問・田南魚沼市消防本部  
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。受講者には修了証を交付します。気軽にお申し込みください。

日 10月14日(日)

午前9時～正午

会 南魚沼市消防本部「竹俣」

定 30人程度

費 無料

※実技のできる服装でおこしください

## 郷土食料理教室 参加者募集

問・田南魚沼市消費者協会  
事務局（商工観光課）

☎773-6665

☎773-6710

郷土食を楽しく学びませんか。昔から食べられているコシヒカリの米粉を使った「あんぼ」を作ります。

日 10月30日(火)

午前9時～正午

会 塩沢公民会2階

調理実習室

費 600円（当日集金）

講 南魚沼市消費者協会員

持 エプロン、三角巾、食器拭

き用ふきん、台ふきん、持ち帰り容器

定 30人（先着順）

日 10月15日(月)

## 中央公民館教養講座 秋期 初めてのきもの教室（夜間の部）

問・田中央公民館

☎773-6610

初心者向けの着付け、振袖の着装、他の人への着付けを学べます。

日 10月4日～11月29日の毎週

木曜日（全8回）

※11月8日を除く

時 午後7時30分～9時30分

会 市民会館2階和室

対 20歳以上の女性

定 10人（先着順）

費 4,000円（初回に集金）

講 山田ミヨ子さん

日 9月27日(木)

他 別料金（500円）で着物

の貸出しもあります。

## 小学生向け企画 おはなし会&工作「かさ袋ロケットを作ろう」

問 社会教育課 図書館係

☎773-6677

雨でぬれたかさを入れる袋を使ってロケットを作ります。

日 9月23日(日・祝)

午後1時30分～2時30分

会 図書館 多目的室

対 小学生・保護者

内 本の読み聞かせ、かさ袋ロケット作り

持 油性マジックペン（複数色）

申 不要。直接会場まで。

## 出張労働相談会

問 新潟県長岡市労働相談所

☎0258-37-6110

「上司から嫌がらせを受けている」「賃金を払ってもらえない」「問題のある社員への対処法は？」など、労働に関するさまざまな相談に労働相談所職員が応じます。秘密は厳守します。

日 10月18日(木)

正午～午後3時30分

会 塩沢公民館2階 視聴覚室  
費 無料  
申 不要。直接会場まで。

## 臨床心理士による「こころの相談会」～秘密厳守～

問・田子ども・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

日 ①10月11日(木)

午前10時～11時

②10月29日(月)

午後2時～3時

会 子ども・若者育成支援センター 1階相談室

日 ①10月5日(金)

②10月24日(水)

申 電話でお申し込みください。相談員による電話・来所相談に、随時応じます

他 電話でお申し込みください。

日 10月24日(水)

申 電話でお申し込みください。

他 相談員による電話・来所相談に、随時応じます

日 10月18日(木)

正午～午後3時30分

## 心豊かな子育て教室

問 社会教育課 生涯学習班

☎773-6610

城内地区第1回そだち学級子育てのわ（輪・和・話）を広げよう！気軽にご参加ください。初めての人、里帰り中の人、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。お住まいの地域以外の会場にも参加できます。

日 10月7日(日)

午前10時～11時30分

（受付 午前9時30分～）

会 城内地域開発センター

内 「みんなで絵かき」

対 0～3歳の乳幼児とその保護者・家族など

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

日 10月18日(木)

正午～午後3時30分

「厚意に感謝します」  
株式会社第四銀行様、高速紙工業株式会社様から、八海中学校に鏡をご寄贈いただきました。

ご厚意に沿うよう、有効に使わせていただきます。

ご厚意に感謝します。

ご厚意に沿うよう、有効に使わせていただきます。

ご厚意に沿うよう、有効に使わせていただきます。

**創業支援セミナー  
受講者募集**

問・甲商工観光課

☎773-6665  
六日町商工会  
☎772-2590  
塩沢商工会  
☎782-1206  
大和商工会  
☎777-3500

経営、財務、人材育成、販路開拓などの創業に関する基礎知識と事業計画書の作成について学ぶセミナーです。

市の創業支援補助金の申請には、5日間すべての受講が必要です。

項目	日にち	会場
経営	10月5日(金)	塩沢商工会
	10月12日(金)	六日町商工会
販路開拓	10月19日(金)	六日町商工会
経営	10月26日(金)	六日町商工会
財務、人材育成	11月2日(金)	六日町商工会

時午後6時30分～9時  
対創業したい・興味がある人、

創業や事業継承後間もない人  
無料

**魚沼テクノスクール  
受講生募集**

問 新潟県立魚沼テクノスクール  
☎025-794-2410

Autocad基本操作  
Autocadを使って、CADの基本操作から基本的な図形・図面の描き方を習得します。

日 11月10日(土)・11日(日)  
時 午前9時～午後4時  
会・甲魚沼テクノスクール  
定 8人 費 2,400円  
対 11月2日(金)  
介護職員のための腰痛を防止する介護技術コース  
対 介護スキルのレベルアップを図りたい介護職従事者  
日 10月18日(木)・19日(金)  
時 午前9時30分～午後4時30分  
会 堀之内社会福祉センター  
〔堀之内医療センター隣〕  
定 24人 費 3,900円  
対 10月5日(金)

時午後6時30分～9時  
対創業したい・興味がある人、

甲魚沼テクノスクール  
事務応用科2期  
平成30年11月入校

対 パソコンの知識・技能や簿記を習得し、就職を希望する人  
期 11月2日(金)～平成31年2月28日(木)の月～金曜日  
※祝日を除く  
時 午前9時20分～午後3時50分

会 スリーエスITトレーニングセンター〔十日町市伊達甲〕  
定 15人  
費 無料(別途、テキスト代など自己負担あり)  
対 10月12日(金)  
申 ハローワーク南魚沼

**魚沼サントニック  
スクール**

10月後半・11月開始訓練コース 受講生募集

問・甲魚沼サントニックスクール  
☎772-4554

市の中小企業研修受講料補助金に該当します。詳しくは、お問い合わせください。

時午後6時30分～9時20分  
対創業したい・興味がある人、

新入社員フォローアップ  
日 10月16日(火)・17日(水)(全2回)

時 午前9時～午後3時50分  
スキーインストラクター向け英会話レッスン  
日 10月24日～12月19日の毎週水曜日(全9回)

時 午後6時30分～8時20分  
第1種電気実技  
日 11月8日～12月6日の毎週火・木曜日(全9回)

時 午後6時30分～9時20分  
※申込者が少数の時は、開講できない場合があります

**信濃川・大河津分水  
真コンテスト作品募集**

問・甲 940-0098  
長岡市信濃1-5-30  
信濃川河川事務所総務課  
☎0258-32-3020

越後平野に恵みをもたらす信濃川と治水の要として私たちを守る大河津分水の魅力を紹介し、身近に感じられる写真を募集します。

**部門**

①「信濃川下流部門」  
大河津分水洗堰下流～新潟市の河口(関屋分水と中ノ口

川を含む)  
②「信濃川中流及び魚野川部門」  
信濃川本川と大河津分水の分岐点(大河津分水右岸高水敷の最上流地点)～長野県境(魚野川を含む)

③「大河津分水部門」  
大河津分水河口～信濃川本川と大河津分水の分岐点(大河津分水右岸高水敷の最上流地点)～大河津分水洗堰

④「ジュニア部門」  
新潟県内の信濃川(関屋分水、魚野川、中ノ口川を含む)と大河津分水

条件 ①～④…水面が写っていること、④のみ…撮影者が18歳以下  
対 アマチュアのみ

申 カラー・白黒とも四つ切りかワイド四つ切りの銀塩プリント。合成写真、組写真は不可。④のみA4サイズインクジェットプリント可。応募作品の裏面に、名前、年齢、住所、電話番号、応募部門、題名、作品返却の有無、撮影場所、河川名を記入した応募票を貼付してください。

対 10月12日(金)

# 総合型地域スポーツクラブ スポーツ&ライフ南魚沼

南魚沼市トレーニングセンター内  
☎783-3290

設立準備委員会

## 大人のランニング教室特別企画「絶対サブ4! 練習会」

- 日 10月8日(月・祝) 9:00～13:00
- 会 大原運動公園多目的グラウンド 外周コース
- 講 石田孝之さん(市陸上競技協会 駅伝監督)
- 定 20人(先着順)
- 対 ハーフマラソン2時間、フルマラソン4時間程度の記録をめざす人
- 費 2,000円

## 女性だけのボルダリング教室

- 日 10月3日(水)、11月7日(水)、12月5日(水)
- 時 19:00～20:30
- 会 南魚沼市トレーニングセンター  
ボルダリングウォール
- 講 木村和也さん
- 定 10人(先着順)
- 費 各回1,500円

## 目指せ美BODY「ヒップアップ講座 9月夜の部」

- 日 9月20日(木)、9月27日(木)
- 時 20:00～21:00
- 会 南魚沼市トレーニングセンター 多目的エリア
- 講 小野塚彩那さん
- 定 20人(先着順)
- 費 各回1,000円

## ゆる体操教室

- 日 9月28日(金)、10月2日(火)、10月16日(火)
- 時 19:00～20:30
- 会 南魚沼市トレーニングセンター 多目的エリア
- 講 豊野美佐子さん
- 定 20人(先着順)
- 費 各回1,000円

# 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  
スポパラ ☎773-3210  
ディスポー ト ☎773-6620

## ディスポー ト南魚沼

暑さも和らぎ体を動かすのに、ちょうどよい季節となってきました。ディスポー トで気持ちのよい汗を流してみませんか？

各種お得な定期券をご用意しています。フロントでお求めください。

施設	料金	営業時間
プール	高校生以下 300円/回	月～土曜日 13:00～21:00 日曜日・祝日 10:00～16:00
	一般 510円/回	
	60歳以上 300円/回	
トレーニングルーム(中学生以上利用可)	300円/回	月～土曜日 9:00～21:00 日曜日・祝日 9:00～17:00
ランニングトラック	100円/回	月～土曜日 9:00～21:30 日曜日・祝日 9:00～17:00
アリーナ	1/4面 510円/時間	
	※予約状況を確認し、ご利用ください	
	半面 1,020円/時間 全面 2,040円/時間	

## 南魚スポーツパラダイス 参加者募集

### 第3回 かんたんツボ押し教室

自分で簡単にできるツボ押しを紹介します。健康習慣を身に付けましょう。

- 日 10月21日(日) 14:00～15:30
- 対 どなたでも 定 10人 費 新規受講会員：無料、再受講会員：500円、一般：500円
- 受付開始 9月19日(水) 9:00

☑ディスポー トにある申込書を記入し、料金を添えてフロントにお申し込みください。

※教室の受け付けは、先着順です。各教室とも、定員に達し次第締め切ります(電話での受付はできません)

## 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)

9月15日(土)以降は毎日開館

☎783-4500 F783-3388  
¥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11月4日(日)まで

「動物&自然を愛でる」

伊東深水、藤田嗣治、加山又造など、巨匠たちの作品を16点展示。

「セピック・アート(造形美術)の世界」

今泉記念館でしか見ることのできない南太平洋の造形美術を63点展示。

**雪国アート回廊特別企画** 撮影スポットで撮影した写真をSNSに投稿して、その投稿画面と入館券を提示するとオリジナルポーチを進呈。

## 池田記念美術館

開館9:00～17:00  
(入館16:30まで)

9月の休館【毎週水曜日】

☎780-4080 F777-3815 URLhttp://www.ikedart.jp  
¥大人500円/高校生以下無料

### 【第2回】八色の森の美術展+八色の森の子ども絵画展 2018

期10月7日(日)～11月18日(日)

昨年大好評だった展覧会を今年も開催します。作家35人と市内の児童生徒作品を共同展示。イベント多数。10月7日(日)は入館無料です。

### 伊藤省風 書展 in 浦佐

期10月1日(月)まで

胎内市在住の書家・伊藤省風氏の個展です。書作品約40点のほか、伊藤氏がコレクションした中国・日本・朝鮮半島の幻の名硯も展示します。

作品解説会 日9月15日(土)・22日(土)

時14:00～15:00

## 鈴木牧之記念館

開館9:00～16:30

9月の休館日【毎週火曜日】

☎・F782-9860 URLhttp://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』の挿絵紹介 その39◇

牧之は旧家に秘蔵されていた珍しい亀の化石を描き写しています。甲羅の表面・裏面、細かいところまで描き、大きさや重さも記しています。

**観覧無料** 市内の小中学生はいつでも観覧無料です。



## 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)

9月は毎日開館

☎770-1173 F770-1183

URLhttp://m-uonuma.jp/look/bunka/munakata\_art\_station

¥大人500円/小中高250円

### 雨・雲・雪・川・海～流転する水のかたち～

期11月18日(日)まで

棟方志功が描いた『ヴィーナスの誕生』を連想させる西洋風の作品や、葛飾北斎や歌川広重の有名な浮世絵版画、吉田博や川瀬巴水の色彩が美しい新版画など、計45点の作品を展示。

## 南魚沼市民会館

受付8:30～17:15

9月の休館【18日(火)、25日(火)】

☎773-5500 F772-8161 ☎0120-150-142

URLhttp://www.6bun.jp/kaikan/

### リコーダーミニコンサート

市民会館リコーダー教室とビギナーズクラブによるミニコンサート。秋にぴったりのリコーダーの優しい音色をお届けします。

日10月6日(土) 14:00～(受付13:30～)

会市民会館 多目的ホール  
指揮・指導 小池純夫  
出演 市民会館リコーダー教室、ビギナーズクラブ参加者

費無料(全席自由)



## トミオカホワイト美術館

開館9:00～17:00  
(入館16:30まで)

9月の休館日【毎週水曜日、20日(木)】

☎775-3646 F775-3650 URLhttp://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(火)、21日(金)～30日(日)

### 富岡惣一郎「空と風の詩」

期11月19日(月)まで

四季折々の風を表現した作品や、雲海、乱層雲などの雲を独自の絵の具で表現した作品を中心に展示。

### 伊藤健二油彩画展「南魚沼の四季」

期9月21日(金)～11月19日(日)

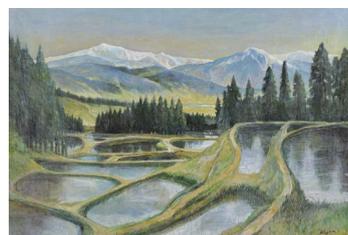
伊藤健二(白日会・千葉県在住)が描く南魚沼の美しき風景。

会期中、市民は観覧無料です。

ギャラリートーク

日9月23日(日・祝)、  
10月21日(日)、  
11月11日(日)

時14:00～



田植えの頃

# うおぬま地方の健康調査 けんこうかわらばん

新潟大学大学院医歯学総合研究科  
健康増進医学講座 南魚沼分室

## BMI（体格指数）について

BMIとは体格の評価基準で、「体重[kg]÷(身長[m])<sup>2</sup>」で計算します。BMI25以上は肥満、18.5未満は低体重といいます。肥満は高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の原因となり、肥満者は死亡率が高いことが知られています。「健康日本21」《出典①》では、65歳以上のBMI20以下の人を「低栄養傾向」と定義しています。低栄養とは、体を動かすためのエネルギーや健康な体を維持するための栄養素が不足した状態をいいます。特に、高齢者が低栄養になると筋力が低下したり骨が弱くなることから、転倒、骨折の危険度が高くなることがわかっています。そのため「健康日本21」では、高齢者の健康目標として「低栄養傾向の高齢者の割合の増加の抑制」を掲げています。

## 「生活習慣に関するアンケート」の結果から

うおぬま地方の健康調査の「生活習慣に関するアンケート」の回答内容から身長と体重の値からBMIを計算し、魚沼地域（南魚沼市・魚沼市）の肥満者（BMI25以上の人）と低栄養傾向の人（65歳以上でBMI20以下の人）の割合を調べてみました。

### ①肥満

男性の肥満者の割合は、全国平均《出典②》では50代が最多で、それ以降の年代では減少します。魚沼地域の男性の肥満者の割合は、40代以降一貫して減少し、各年代とも全国平均よりも低いことがわかりました。（図1）

女性の肥満者の割合は、全国平均では60代までは増加傾向があり、70代で減少に転じます。魚沼地域の女性でもこの傾向は同じですが、男性と同様に各年代とも肥満者の割合は全国平均よりも低いことがわかりました。（図2）

### ②低栄養傾向

魚沼地域の「低栄養傾向」の人の割合は、男性で16.7%、女性で22.8%でした。全国平均《出典②》と比較すると男性では約1.3倍多く、女性では全国の平均と同程度でした。（図3）

これらの結果から、魚沼地域では肥満とともに高齢者の低栄養状態にも気をつける必要があります。

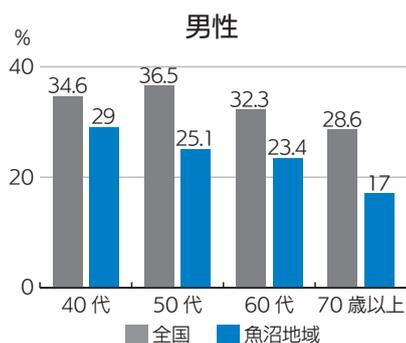


図1 40代以上の男性肥満者の割合

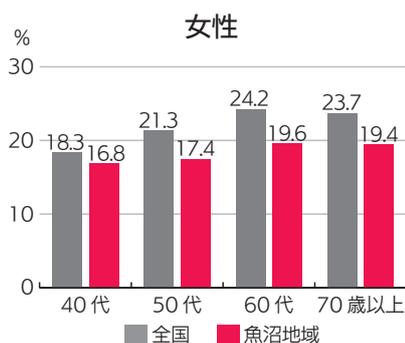


図2 40代以上の女性肥満者の割合

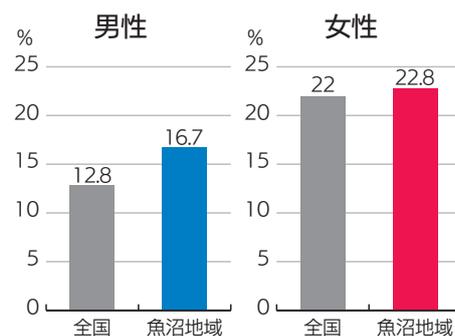


図3 65歳以上の低栄養傾向の人の割合

出典①：「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」には、厚生労働省から国民の健康増進のための具体的な数値目標が示されています。

出典②：平成28年国民健康・栄養調査の全国平均値

新潟大学大学院医歯学総合研究科 健康増進医学講座 南魚沼分室  
〒949-7302 南魚沼市浦佐4132 新潟大学地域医療教育センター・魚沼基幹病院内  
☎775-7876 📠777-2766  
<http://www.facebook/NUHPM>



**新潟県立精神医療センター  
市民こころの健康講座**

問 新潟県立精神医療センター  
市民こころの健康講座事務局  
☎0258-24-3930

「一緒に学ぼう! アルコールの落とし穴」もしもお酒で困ったら」

アルコールは、脳卒中や肝硬変などの生活習慣病のほかに、がん、認知症、うつ病などにも影響を及ぼします。

毎日飲酒する習慣がある市民の割合は34.6%で、県平均よりも高い傾向にあります。生活習慣病のリスクを高めるとされる飲酒習慣(1日平均で男性2合以上、女性1合以上)がある人も多くいます。(平成29年住民健診問診票より)

日 10月14日(日)  
午後1時30分～3時30分  
(受付 午後1時～)

会 長岡市立中央図書館講堂  
講 橋尻洗陽さん(新潟県立精神医療センター精神科医師)  
体 験 談・北原さん(新潟マツク施設長)

費 無料  
申 不要。直接会場まで。

**肝炎医療相談会**

問 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 医薬予防課 保健予防係  
☎772-8142

肝炎患者やその家族、肝炎ウイルス感染の心配がある人などを対象に、専門の医師による相談会を開催します。B型・C型肝炎の医療に関する心配ごとなどを、ご相談ください。

日 10月5日(金)

午後7時～8時20分  
相談時間 1人20分間

会 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部(南魚沼保健所) 担当医 米倉研史さん(医療法人社団研鑽会米倉医院理事長・医師)  
定 4人(先着順)  
費 無料

申 電話か来所して予約してください。

日 9月20日(木)

他 保健師などによる訪問相談も実施しています。希望者は、お問い合わせください。

**10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
4	木	牧之 ☎782-1746	9:45～10:45	人形劇	保険料一人10円が必要。問合せは、各保育園まで。
6	土	三用 ☎779-3051	9:30～	運動会(雨天時は三用小学校)	
		大崎 ☎779-2762	9:30～10:30	運動会(雨天時は大崎小学校)	
		蕨神 ☎777-2331	9:40ごろ	運動会(雨天時は蕨神小学校)	
9	火	上長崎 ☎782-1184	9:45～10:45	保育園で遊ぼう	
10	水	五日町 ☎776-2155		お外で遊ぼう・散歩(雨天時は室内遊び)	
11	木	赤石 ☎779-3008		お外で遊ぼう(雨天時は室内遊び)	
18	木	舞子 ☎782-0436		りす組さんとお散歩しよう(雨天時は室内遊び)	
23	火	下長崎 ☎782-0092		園庭で遊ぼう(雨天時は室内遊び)	
		石打 ☎783-3624		ハロウィン飾りを作ろう	
24	水	あおば ☎775-2274		ホールで遊びましょう	

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	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 土曜日のみ
	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	10:00～11:30
	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）	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	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 水曜日	10:00～18:00 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）	月曜日	10:00～12:00
	親子でおやつを作ろう！（モグモグ広場）	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	10月15日(月)	10:30～11:30
	作って学ぼう！ぬか釜	10月14日(日)	10:00～11:30
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）	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）	金曜日	10:00～12:00
	青空保育（道の駅南魚沼「雪あかり」）	月1回木曜日	10:30～12:00
	身体測定・誕生会	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

# 10月の住民健診日程

保健課 ☎773-6811

南魚沼市住民健診カレンダー

検索

- ・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
- ※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します）

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
23日(火)	7:30～9:00	合同健診 婦人検診	門前、高田、谷地、山崎、山崎新田	健友館
24日(水)	13:00～14:00		茗荷沢、茗荷沢新田、堂島新田、桐沢	
25日(木)	※胃・乳がん検診は午前のみ、子宮頸がん検診は		八色原、水尾	
26日(金)	8:00まで		荒金、国際町、平沢、原小路、寺中、海士ヶ島新田	

### 六日町地域

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
16日(火)	7:30～10:30 13:00～14:00	合同健診	法音寺、稲穂ヶ丘、上原	市民会館 多目的 ホール
17日(水)			田崎、新堀、岩崎、津久野	
18日(木)			二日町、坂戸	
2日(火)	9:00～11:00 13:00～15:00	婦人検診	君帰、欠之上、川窪、庄之又、北辰、小栗山、仲町、伊勢町	
15日(月)			旭町、田中町、八幡、上町1丁目1区、上町1丁目2区	
29日(月)			野田、北田中、四十日、西、四十日新道、宇津野、青木、五日町1区	
30日(火)			学校町2丁目、学校町3丁目、東泉田、西泉田、若葉町、上大月	

### 塩沢地域

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
3日(水)	7:30～10:30 13:00～14:00	合同健診	中、泉盛寺、天野沢	塩沢保健 センター
4日(木)			君沢、宮野下、関	
5日(金)			島新田、吉里、五分區	
13日(土)	9:00～11:00 13:00～15:00	婦人検診	南田中、砂押、下一日市、上一日市、石打	

10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・目の充血・下痢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6月生	10月26日(金)	13:00～13:10	10月25日(木)	13:00～13:10
10か月児健診	29年12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9月生	11月に実施 ※今年度は、奇数月のみの開催		10月16日(火)	13:00～13:10
1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布	29年3月生	10月12日(金)	13:00～13:10	10月19日(金)	13:00～13:10
2歳児歯科健診 フッ化物塗布	28年9月生	10月4日(木)	9:00～9:10	10月17日(水)	13:00～13:10
2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	28年3月生	10月2日(火)	9:00～9:10	10月10日(水)	13:00～13:10
3歳児健診・歯科健 診・フッ化物塗布	27年9月生	10月11日(木)	13:00～13:10	10月31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
育児力アップ講座 (育児学級)	30年4月・ 30年5月生	10月15日(月)	9:45～	子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」	不要
もぐもぐ教室 (離乳食教室)	30年3月生	10月23日(火)	9:30～9:45		10月19日(金)ま でに保健課にお申し 込みください

●持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

## 5歳児 (年中児) の発達相談

5歳になる子ども(保育園・幼稚園・認定こども園の年中児)を対象に、発達相談を行っています。

3歳児健診後～就学の間に、「軽度の知的障がい」や「コミュニケーションが苦手」などがわかることがあります。また、最近の育児環境や生活状況の変化から「友だちとうまく遊べない」「集中力が続かず、人の話をよく聞けない」「順番やルールを理解しにくい」「ささいなことで友だちを叩く」などの行動をとる子どもが増えているようです。

この発達相談から就学までの1年以上の間に、関わり方を含めた環境を整えるなど、子どものためにさまざまなことができます。障がいの有無に関わらず、必要な支援を早期に始めることで、行動が改善する可能性があります。就学の準備につながる、大切な相談事業です。

### 一人で悩まずにご相談ください

子育てに関する悩み、ストレスの相談も兼ねています。一人で悩まずに、気軽にご相談ください。

- 期間** 9月下旬～10月下旬
- 方法**
- ①保護者に問診票を配布し、普段の様子を記入していただきます。
  - ②園に問診票を配布し、園内の生活の様子を記入していただきます。
  - ③上記①②の内容により、必要に応じて保健師などが保護者と園の話聞き、情報提供・相談を行います。



# 救急医療

☎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）

## 献血にご協力ください ～10月の献血日程～

☎保健課（献血担当） ☎773-6811

日にち	会場	受付時間
17日(水)	株式会社ミツバ 新潟工場	9:30～11:30
	新潟三吉工業 株式会社	13:30～15:30

※すべて全血400mL献血です

日程・会場は、変更する場合があります

# 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

9月17日(月・祝)は敬老の日です。(公社)読書推進運動協議会が選定した中・高年向けの図書を紹介しています。ぜひ、ご利用ください。

## 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	著者
・ブルーハワイ	青山 七恵
・漱石の地図帳 歩く・見る・読む	中島 国彦
・夏井いつきの世界一わかりやすい俳句の授業	
・地に滾る	あさのあつこ
・下町ロケット [3] ゴースト	池井戸 潤
・秘録島原の乱	加藤 廣
・うなぎばか	倉田タカシ
・泥濘	黒川 博行
・夏空白花	須賀しのぶ
・送り火(第159回芥川賞)	高橋 弘希
・ミダスの河 名探偵・浅見光彦 VS. 天才・天地龍之介	柄刀 一
・焦土の刑事	堂場 瞬一
・むすびつき	畠中 恵
・彼女の恐喝	藤田 宜永
・ギケイキ 2 奈落への飛翔	町田 康
・燃える波	村山 由佳
・人生百年時代の「こころ」と「体」の整え方	五木 寛之
・三谷幸喜のありふれた生活 15	三谷 幸喜
・涙の向こうに花は咲く	吉野やよい
・レジェンダリー 魔鏡の聖少女	ステファニー・ガーバー
その他	・デジタルネイチャー 落合 陽一
	・大地の芸術祭 2018 北川フラム/監修
	・あなたを支配し、社会を破壊する、AI・ビッグデータの罠 キャシー・オニール
	・1日1ページ、読むだけで身につく世界の教養 365
	・マーケティングとは「組織革命」である。 森岡 毅
	・うちの子、安全だいじょうぶ? 新しい防犯教育
	・看る力 アガワ流介護入門 阿川佐和子
	・いじめで死なせない 子どもの命を救う大人の気づきと言葉 岸田 雪子
	・火星の科学 Guide to Mars 藤井 旭
	・「脱水症」と「経口補水液」のすべてがわかる本
	・スタンフォード式疲れない体 山田 知生
	・医者が考案した「長生きみそ汁」 小林 弘幸
	・苧 地域資源を活かす生活工芸双書 菅家 博昭
	・炎上とクチコミの経済学 山口 真一
	・英単語の語源図鑑 見るだけで語彙が増える