



みなみ魚沼

2019 (平成31年) 1.15

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	

第56回全国中学校スキー大会開催

問 全国中学校スキー大会
 ジャンプ競技事務局
 ☎773-6630

全国中学校スキー大会が、南魚沼市、十日町市、湯沢町で開催されます。市内では、石打丸山ジャンプエドでジャンプ競技が行われます。

今大会から女子ジャンプが実施競技に追加されました。初代女王のジャンプを、ぜひ会場でご覧ください。

期 2月4日(月)～7日(木)

会 石打丸山ジャンプエド〔石打丸山スキー場ハツカ石ゲレンデ〕

会場までは、スキー場リフトでおこしください。リフトの下り乗車はできません。徒歩、スキー・スノーボードでお帰りください。

ジャンプ競技日程

- ・2月4日(月) 午前9時30分～ スペシャルジャンプ公式練習
- ・2月5日(火) 午前10時～ スペシャルジャンプ男子・女子
- ・2月6日(水) 午前9時30分

コンバインドジャンプ
 男女混合
 詳しくは、大会ウェブサイトをご覧ください。

大会ウェブサイトを



ガンホー・モンスターパイプにナイター照明が整備されました

問 生涯スポーツ課 生涯スポーツ係

☎773-6630

施設管理者 南魚沼市モンスターパープ管理組合
 ☎783-2523

石打丸山スキー場内のガンホー・モンスターパイプにナイター照明が設置されました。ナイター営業ができるようになり、ジュニア選手などの練習時間の確保と競技者からのさらなる有効利用が期待されます。

営業予定

- 期 1月19日(土)～3月31日(日)
 時 日・月・金・土曜日…午前10時～午後2時
 火・水・木曜日…午後4時30分～8時30分(ナイター)

※降雪状況や大会、イベントなどにより変更する場合があります。詳しくは、市ウェブサイトを生涯スポーツ課まで



南魚沼市モンスターパープ

のナイター照明は、独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興くじ助成金を受けて整備を実施しています。

スポーツくら



越後上布体験講座参加者募集

問 社会教育課 文化振興係
 ☎773-3756

ユネスコ無形文化遺産「小千谷縮・越後上布」の世界に触れてみませんか。詳しくは、市ウェブサイト(「越後上布体験講座」で検索)をご覧ください。

日 3月2日(土)

午前10時～午後3時

会 塩沢織物会館〔目来田〕

費 3,000円、中学生以下

1,500円(昼食代込み)

内 越後上布の講座、製作技術の見学・体験、雪ざらし体験

※雪ざらし体験は、天候により中止する場合があります

定 50人(先着順)

申込期間 1月15日(火)～2月8日(金)



平成31年度奨学生募集中

☎ 0949-6680

南魚沼市六日町865

学校教育課

☎ 773-6700

☞ 就学の意欲があり、経済的な理由

により進学・在学が困難な生徒や学生

条件

- ・市内に住所がある人の子どもや弟妹などが、学校教育法に定める高校・大学・短大・専修学校などに進学する・在学している
- ・保護者の所得が、市の定める基準以下

審査・試験

今回の募集から、所得などの審査を実施。審査を通過した人に作文試験を行い、合格者に貸与します。

作文試験

テーマは、試験当日に発表。

☎ 3月27日(水) 午前9時30分～

(受付 9時～)

☞ 中央公民館2階実習室

貸与額(無利子)

大学・短大・専修学校など

月額 50,000円

高校 月額 18,000円

返還期間

貸付終了月から半年据置後、借りた期間の2.5倍の期間(毎月末日

または年2回の返還)

例 大学4年間で240万円を借り

た場合

半年据置後、初回年度12万円、翌年度以降24万円、最終年度12万円を返還(返還期間10年)

提出書類

- ・申請書、返還誓約書、奨学金振込先届出書：学校教育課に配置
- ・合格通知書の写し：新入学生のみ(締切りまでに用意できない場合は、4月10日(水)までに提出)
- ・在学証明書：在学生のみ
- ・障がい者手帳などの写し：同一生計世帯に障がいのある家族がいる場合
- ・住民票：世帯全員分
- ・所得証明書：奨学生の保護者分
- ・納税証明書、印鑑登録証明書：連帯保証人2人(うち1人は保護者)分を各1通
- ・援助額証明書(任意様式)：父母が低収入か無収入で祖父母などから援助を受けている場合
- ※市税の滞納(遅延金含む)がある場合は、貸与できません

☞ 3月15日(金)

※郵送の場合は、必着

結果通知 5月上旬に通知

南魚沼市消防出初式を開催します

☎ 782-0860

消防本部 消防庶務課 消防団係

南魚沼市消防出初式を開催します。

当日はサイレン吹鳴を行います。火災と間違えないようにご注意ください。

☎ 1月20日(日)

サイレン吹鳴 正午

式典 午後1時30分～

☞ 市民会館大ホール

文化財防火訓練を行います

☎ 782-0860

消防本部 消防庶務課 消防団係

南魚沼市消防本部と南魚沼市消防団は、合同で文化財防火訓練を実施します。

☎ 1月27日(日) 午前9時～10時

☞ 八海神社(九日町)

会場周辺で放水訓練を実施します。消防車が九日町地区を走行し、道路が混み合います。通行の際は、ご注意ください。

児童手当用・児童扶養手当用所得証明書のコンビニ交付を終了します

☎ 773-6668

☞ 税務課 市民税係

所得証明書(児童手当用、児童扶養手当用を含む)、所得・課税(非課税)証明書については、平成28年2月からコンビニエンスストアでの交付サービス(コンビニ交付)を実施してきました。

市町村間や県などでの手続きは、マイナンバーを利用した情報連携により、利用者の利便性の向上と行政の事務の効率化が進められています。児童手当や児童扶養手当の手続きでは、多くの受給者が手当用の所得証明書を提出する必要がなくなり、今後も情報連携による確認が進む予定です。

このため、児童手当用と児童扶養手当用の所得証明書は、3月末でコンビニ交付を終了します。(窓口での請求や郵送請求には、これまでどおり交付します)

一般用の所得証明書と所得・課税(非課税)証明書は、4月以降もコンビニ交付ができます。

心配ごと相談事業の窓口変更

問 南魚沼市社会福祉協議会（くらしのサポートセンターみなみ）

☎773-6919

南魚沼市社会福祉協議会は市からの委託を受け、みなさんの相談に応じる「心配ごと相談事業」に取り組んできました。

近年の相談内容の複雑化に伴い、より専門的な対応が求められるようになってきたことなどから相談事業について見直しを行い、3月31日(日)から相談窓口を変更します。

変更後の困りごとや悩みごとの相談は「くらしのサポートセンターみなみ」が引き継ぎます。専門性の高い支援員が相談に応じます。気軽にご相談ください。

住民健診調査票の提出を忘れていませんか？

問 保健課

☎773-6811

住民健診調査票を、平成30年12月に各世帯に発送しました。調査票は、市民の健診状況調査も兼ねています。市の住民健診を受けない場合も提出してください。

住民健診は、費用を市が一部負担するため、割安です。

提出先 保健課、総合窓口、大和・塩沢市民センター

申込みできる健診の種類などは、市報平成30年12月15日号3ページをご覧ください。

インターネット公売を行います

問 税務課 収税班

☎773-6669

市税滞納のため差押えをした、ネクタイ5点、反物15点、着物の帯2点、汁椀セット1点、茶器セット2点をインターネット公売に出品しています。ぜひ入札にご参加ください。

入札には参加申込みが必要です。詳しくは、市ウェブサイト（「インターネット公売」で検索）をご覧ください。

参加申込み

1月22日(火) 午後11時まで

入札期間

1月29日(火) 午後1時

～1月31日(木) 午後11時

小千谷税務署「確定申告」会場と注意点

問 小千谷税務署

☎0258-83-2090

「自動音声ガイダンス」

確定申告会場

会 小千谷税務署（小千谷市東栄）

※駐車場が混雑します。公共交通機関をご利用ください

期 2月18日(月)～3月15日(金)（土・日曜日を除く）

時 受付 午前8時30分～午後4時

相談開始 午前9時～

申告書提出 午後5時

※混雑状況で受付を早めに終了する場合があります。

受付けを済ませていても午後5時を過ぎると、後日再来場いただく場合があります

再 自分でパソコンを操作し、申告書を作成します。

内 確定申告書用紙に代えて「確定申告のお知らせ」を送付します

税務署から送付する申告書用紙の利用が減ったことにより、資源保護や費用削減のため、申告書用紙に代えて「確定申告のお知らせ」を送付します。確定申告に必要な情報が記載されています。申告相談会場に来場する際に、ご持参ください。

対 自宅などで国税庁ウェブサイトの

「確定申告書等作成コーナー」を利用し、書面で確定申告をした人

・税務署の申告会場でパソコンを利用し、e-Tax^{イータックス}か書面で確定申告をした人

・市の申告会場か青色申告会、商工会などの指導会場でe-Tax^{イータックス}か書面で確定申告をした人

住宅借入金等特別控除の申告相談

初めて控除を受ける場合と昨年以前に受けたことがある場合では、住宅借入金等特別控除に必要な書類と申告会場が異なります。

初めて受ける場合

控除に必要な書類・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、借入金の年末残高証明書など

詳しくは、国税庁ウェブサイトをご覧ください。

会 小千谷税務署の確定申告会場

昨年以前に受けたことがある場合

控除に必要な書類・借入金の年末残高証明書、給与所得者の（特定増改築等）住宅借入金等特別控除申告書

会 小千谷税務署の確定申告会場か、市の申告会場（市民会館）

平成30年度コミュニティ助成事業

問 企画政策課 企画班

☎ 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、集会施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。

平成30年度は、伊勢町区が助成を受けてコミュニティセンターを新築しました。地域に新たな憩いの場と活動拠点ができ、住民の自主的なコミュニティ活動が促進されるようになりました。



また市では、助成を活用して大和公民館、コミュニティホールさわらび、塩沢公民館内に計4か所の多目

的トイレを設置しました。それぞれのトイレに車いすで入ることのできる広さを確保し、内部に手すり、おむつ替え用ベビーシートと洗面台を設置して、コミュニティ施設のバリアフリー化を進めました。



はたちの献血 キャンペーン中

問 保健課 (献血担当)

☎ 773-6811

冬は、雪の影響や風邪の流行などにより献血者数が不足します。はたちのみなさん、この機会に献血をしてみませんか。献血は、16歳からできる身近なボランティアです。

献血の受付は、献血ルーム千秋〔長岡市千秋〕、献血ルームばんだいでゆとりろ〔新潟市中央区万代〕の2か所です。毎日行っています。

第13回南魚沼ジュニアスキー大会 出場者募集

問 生涯スポーツ課

☎ 773-6630

日 3月2日(土)

会 五日町スキー場(セントラルコー

ス)

種目 大回転競技(2本)

資 市内に在住している小中学生

費 1人1,500円

期 2月15日(金)

組別 (各男女別、全8組)

小学3・4年生の部

小学5年生の部

小学6年生の部

中学生の部

問 生涯スポーツ課、大和・塩沢公民館



ミズノ走り方教室

問 大原運動公園指定管理者B

MS南魚沼スポーツコミュニティ(上村)

☎ 783-3533

☎ 788-0247

走り方の基本や速く走るコツを、スポーツメーカー「ミズノ」の指導員が伝授します。

正しい走り方を習得して、みんなで楽しく運動しましょう。参加賞もあります。

日 1月27日(日)

時 年長〜小学2年生コース…午前9時30分〜11時

小学3〜6年生コース…午前11時

10分〜午後0時40分

会 南魚沼市トレーニングセンター

講 田邊朋大さん(ミズノインストラクター)

費 1人800円(保険料込み)

定 各コース20人

持 内履き、飲み物、タオル

※動きやすい服装でおこしください

申 事前に電話かファックスでお申し込みください。

期 1月25日(金)

☎ 783-3533

☎ 788-0247

☎ 783-3533

☎ 788-0247

☎ 783-3533

☎ 788-0247

☎ 783-3533

☎ 788-0247

個別創業相談 受講者募集

問・田商工観光課

☎773-6665

六日町商工会

☎772-2590

塩沢商工会

☎782-1206

大和商工会

☎777-3500

創業したい人、創業や事業継承後間もない人の創業計画などについて、相談に応じます。

☎2月2日(出)

※2月3日(日)(当初予定)から日程を変更しました

時 午後1時～2時30分

午後2時30分～4時

※各回で1人ずつ受け付けます

会 六日町商工会

相談員 小松俊樹さん(長岡大学経

済経営学部 教授)

費 無料

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。初めての人も気軽に申し込みください。

☎2月17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

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

☎2月3日(日) 午後1時～4時

(受付 午後1時～3時)

※予約不要

会 働く婦人の家1階 託児室

最寄りの人権擁護委員

・中島澄江(下二(大崎))
・島村 弘(富町(浦佐))
・廣田芳克(門前)

・高野輝幸(今町)

心豊かな子育て教室

問 社会教育課 生涯学習班

☎773-6610

冬こそ元気に出かけましょう。気軽にご参加ください。初めての人、里帰りの人、上の子を連れた人、おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。

共通事項

☎0～3歳の乳幼児とその保護者など

費 一人10円(保険料)

☎不要(動きやすい服装で直接会場まで)

大巻・五十沢・城内3地区合同開催

☎1月26日(土)

午前10時～11時20分

(受付 午前9時30分)

会 大巻地域開発センター

☎内「豆まき&餅つき」

持 豆まき用の袋

五十沢地区第3回「そだち学級」

☎2月2日(土)

午前10時～11時30分

(受付 午前9時30分)

会 五十沢地域開発センター

☎内「節分豆まき会」

☎城内地区第4回「そだち学級」

☎2月2日(土)

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「みんなで豆まき」

☎第4回「親子サロン」

☎2月7日(木)

午前10時～11時30分

(受付 午前9時30分)

会 市民会館 ホワイエ

☎内「思いつきりあそぼう!パート2」。寒さに負けず、元気に体を動かしましょう。ティータイムもあります。

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」

一人で悩んでいることを、市の臨床心理士に相談してみませんか?

☎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

☎①2月6日(水) 午前10時～11時

☎②2月25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

☎①2月1日(金) ②2月21日(木)

☎☎電話でお申し込みください。

心の健康相談会

問・田南魚沼地域振興局 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…

このような悩みをお持ちの人やその家族などの相談に、専門医（精神科）が応じます。プライバシーは守られます。

日 2月12日(火) 午後2時～4時

会 南魚沼地域振興局 健康福祉環境

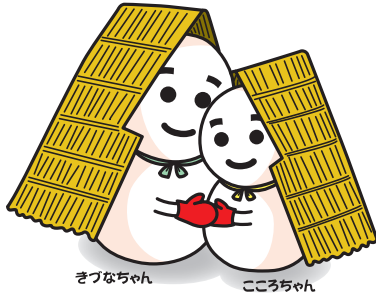
部

費 無料

申 事前にご予約ください。

※精神科の主治医がいる場合は、相談してからお申し込みください

南魚沼地域自殺対策キャッチフレーズ
育てます 命を守る 地域の絆



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 施設案内

プール

ディスポートのプールは、1年を通して水温30℃の温水プールです。25mプールでは、常時「あるく」「およぐ」「フリー」の3つのコースを設定し、目的に合わせて利用できます。17mウォータースライダー付きのちびっ子プールもあります。

費 高校生以下300円、大人510円、シニア（60才以上）300円

トレーニングルーム

運動不足になりがちな冬は、ディスポートの明るく安全な室内でマシンウォーキングや油圧マシンを使った運動を始めてみませんか。

持室内用シューズ

費 中学生以上300円



2月 にここ広場カレンダー

にここ広場は入園前のお友だちが対象です。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
7	木	三用 ☎779-3051	9:45～10:45	一緒に遊ぼう！
14	木	赤石 ☎779-3008		
19	火	石打 ☎783-3624		雪遊び（閉級式）

注意 保険料1人10円が必要。問合せは、各保育園まで。

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	
	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
	身体測定	月曜日	
	親子で手づくり	火曜日	
	こども園で遊ぼう	水・木曜日	土曜日のみ
	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）	月・火曜日	10:00～11:30
	親子保育体験日	月2回	10:00～12:00
	きらめき工作	月1回水曜日	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 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）	毎週月曜日	10:00～12:00
	親子で作ろう！（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
	みのり広場・手作り広場		10:30～11:30
	ママ'sカフェ	2月18日(月)	
	作って学ぼう！スイーツ	2月3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）	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

鈴木牧之記念館 開館9:00～16:30

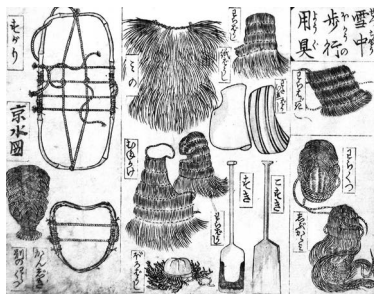
1月の休館日【毎週火曜日】

☎・F 782-9860 URL <http://www.6bun.jp/bokushi/>
¥大人500円/小中高250円

◇『北越雪譜』の挿絵紹介 その43◇

挿絵には、冬の生活に欠かせない用具の数々が描かれています。大半はワラでできていて、その他に木や竹などが使われています。牧之は、これらの作り方も紹介しています。

観覧無料 市内の小中学生はいつでも観覧無料です。



雪中歩行用具

池田記念美術館 開館9:00～17:00 (入館16:30まで)

1月の休館【毎週水曜日、17日(木)】

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

魚沼ベストショット展 Part VIII

期 1月18日(金)～2月26日(火)

魚沼のすばらしい風景や風俗習慣などを県内外の写真家が写し撮ったベストショットを展示。

出展者による作品解説会

期 1月19日(土) 13:00～14:00

※参加には入館料が必要

初心者向け写真教室

高校生からシニアまで気軽に写真を学びましょう。デジタルカメラ、昼食は各自でご用意ください。

期 2月2日(土) 10:00～15:00

費無料 申 池田記念美術館まで

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)

1月は毎日開館

☎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 2月24日(日)まで

「藤田嗣治とフランスに魅了された画家たち」

フランスで活躍した日本人画家 藤田嗣治の没後50年を記念した企画展。藤田の作品を中心に、同時期に活躍した画家たち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展示。パプアニューギニアから持出しが禁止されている作品もあり、大変貴重なコレクションです。

南魚沼市民会館 受付8:30～17:15

1月の休館【15日(火)、21日(月)、28日(月)】

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

市民会館演劇セミナー「遊びの教室」 参加者募集

演劇に興味のある人を募集！経験者はもちろん、未経験者も大歓迎です。演じることの楽しさを体験しましょう。

期 1月26日(土) 13:00～17:00

27日(日) 10:00～16:00 (2日間)

会 市民会館 多目的ホール

講 若狭勝也(劇団「KAKUTA」俳優)

対 高校生以上(中学生はご相談ください)

定 30人 費 無料

申 市民会館窓口にお申し込みください。



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)

1月は毎日開館

☎770-1173 F 770-1183
URL http://m-uonuma.jp/look/bunka/munakata_art_station
¥大人500円/小中高250円

棟方志功が描く美女展

期 3月21日(木・祝)まで

美女が描かれた、さまざまな棟方志功の作品を多数展示します。棟方志功の描く女性像を、ぜひご覧ください。

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【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(金)、28日(月)

富岡惣一郎「雪国」

期 3月17日(日)まで

富岡惣一郎の画業の中で最も大きな変化の一つは、白と黒の対比をさらに発展させて、淡い色を絵に取り込む事でした。その試みを実現させた「雪国シリーズ」を中心に展示しています。

カフェ「茶Hakkai」

土・日曜日、祝日 10:00～15:30に営業。

「市民ギャラリー」利用者募集

無料で作品の展示スペースを貸し出しています。市民の作品発表の場として、多くの人に利用いただいています。興味のある人は、お問い合わせください。

2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・下痢・おう吐・目の充血・めやに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	平成30年10月生	2月22日(金)	13:00～13:10	2月21日(木)	13:00～13:10
10か月児健診	平成30年4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	平成30年1月生	3月に実施 ※今年度は奇数月のみ開催		2月20日(水)	13:00～13:10
1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布	平成29年7月生	2月8日(金)	13:00～13:10	2月15日(金)	13:00～13:10
2歳児歯科健診 フッ化物塗布	平成29年1月生	2月7日(木)	9:00～9:10	2月13日(水)	13:00～13:10
2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	平成28年7月生	2月5日(火)	9:00～9:10	2月6日(水)	13:00～13:10
3歳児健診・歯科健 診・フッ化物塗布	平成28年1月生	2月14日(木)	13:00～13:10	2月27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)	平成30年 8月・9月生	2月18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)	平成30年 7月生	2月26日(火)	9:30～9:45		事前に保健課へお 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。

子ども(乳幼児)のスキンケア(肌の手入れ)

子どもの肌は、大人と比べると皮膚が薄く、とても繊細です。ちょっとした刺激でも湿疹や乾燥などの皮膚の問題を起こしやすい傾向にあります。スキンケアは、新生児・乳児のころから必要です。冬は、特に乾燥しやすい季節です。皮膚の問題が起こらないように予防しましょう。

皮膚の問題を防ぐポイント

- ①皮膚を清潔に保つ。よだれや食べかすなどできるだけ流水か濡らしたガーゼで押すようにやさしく汚れを取る。
- ②石けんをネットなどで十分に泡立ててから洗う。無香料で低刺激のものをおすすめします。
- ③わきの下、首のくびれ、耳の後ろ、お尻などもていねいに洗う。ゴシゴシと強くこすらず、泡が残らないようにしっかり洗い流す。

- ④洗った後は、タオルで水気を吸い取るようにやさしく拭く。
- ⑤爪で皮膚をひっかかないように爪は短く整える。
- ⑥入浴後は全身に保湿剤を塗るなどして乾燥を防ぐ。

※皮膚の問題を防ぐためには、日常生活において清潔や保湿を心がけることが大切です。症状が改善しない場合は、早めに小児科や皮膚科を受診して適切な治療を受けましょう。自己判断で中止しないことが大切です



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。

時19:00～翌朝8:00（毎日）

献血にご協力ください

～2月の献血日程～

☎保健課（献血担当） ☎773-6811

日にち	受付時間	会場
26日(火)	10:00～11:30	しおざわ農業協同組合（本所）
	13:30～15:30	南魚沼市消防本部〔竹俣〕

※すべて全血400ml献血。日程・会場は変更する場合があります。3月はお休みです

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

1月27日(日)に、図書館新年会として「フォークソングでうたごえ図書館」を開催します。整理券を配布しています。先着順ですので、お早めに！

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	著者
・筒井康隆、自作を語る	筒井 康隆	
・夏井いつきのおうちde俳句	夏井いつき	
・赤牛と質量	小池 昌代	
・ぼくは朝日	朝倉かすみ	
・フーガはユーガ	伊坂幸太郎	
・ラストレター	岩井 俊二	
・二十五年後の読書	乙川優三郎	
・佐野洋子の動物ものがたり	佐野 洋子	
・こちら横浜市港湾局みなと振興課です	真保 裕一	
・不意撃ち	辻原 登	
・黒いピラミッド	福士 俊哉	
・月	辺見 庸	
・野の春	宮本 輝	
・エリザベスの友達	村田喜代子	
・はつ恋	村山 由佳	
・大人の流儀 8	伊集院 静	
・働く女性に贈る27通の手紙	小手鞠るい	
・芸能の不思議な力	なかにし礼	
・おばちゃん介護道	山口恵以子	
・ふたつのオリンピック 東京1964/2020	ロバート・ホワイティング	

その他	著者	著者
・新潟清酒ものしりブック新潟清酒達人	新潟清酒達人検定協会/監修	
・評伝田畑政治 オリンピックに生涯をささげた男	柰代 哲雄	
・人生はどこでもドア	稲垣えみ子	
・外国人記者が見た平成日本	ヤン・デンマン	
・AI×人口減少	中原 圭介	
・日本史で学ぶ経済学	横山 和輝	
・あなたもきっとできる気持ちラクになる介護	主婦の友社/編	
・スマホ社会の落とし穴	清川 輝基	
・服部幸應の日本人のための最善の食事	服部 幸應	
・意外と知らないお酒の科学	齋藤 勝裕	
・定年後の断捨離	やましたひでこ	
・子どもが教えてくれた世界	片岡 佳美	
・フェルメール	植本一子/写真と文	
・一生、山に登るための体づくり	石田 良恵	
・大人の語彙力「言いまわし」大全	齋藤 孝	