

2019 3.15 (平成31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	

### 住基ネットサービスを一時停止します

問市民課 市民係  
☎773-6661

電子機器の更改のため、マイナンバーカードの受取り、住民票の広域交付、公的個人認証サービス、特例転出入などが利用できなくなります。ご注意ください。

停止日  
3月28日(木)・29日(金)

### 市民バス フリー降車制の開始とバス停の新設

問都市計画課 都市計画係  
☎773-6662

#### フリー降車制

4月1日(月)から、市民バスの一部区間でバス停以外の場所でも自由に降りることができるよう「フリー降車制」を始めます。

- 対象コース
- ・浦佐・五箇コース
  - ・藪神コース
  - ・赤石コース
  - ・三用コース
  - ・辻又・後山コース
  - ・大巻・泉コース

- ・上田・泉田コース
- ・中之島・吉里コース
- ・石打・竹俣コース
- ・栃窪・岩之下コース

フリー降車ができるのは、対象コースの「フリー降車区間」のみです。同区間は、交通の支障となる市街地や国道などを除き、安全に降車できるかを基準として設定しました。

バス車内に掲示する路線図で同区間をご確認ください。  
利用方法

降りたい場所の前のバス停に到着するまでに、「降りたい場所」で降ります」と運転手に伝えてください。

- 注意点
- ・道路幅、混雑状況などにより安全に停車できない場合は、降車位置が前後することがあります。
  - ・交差点や横断歩道の前後、急カーブ、トンネル内などの駐停車が禁止されている場所では、降車できません。
  - ・事故防止のため、降車時はバスが停車するまで席を立たないでください。
  - ・安全のため、フリー降車区間でもバス停以外の場所では乗車できません。

は乗車できません。

### バス停の新設

4月1日(月)から、石打・竹俣コースに「竹俣」バス停を新設します。新設に伴い「竹俣新田」バス停を塩沢方面に約150m移動します。

バス停の位置は、バス車内に掲示する位置図をご確認ください。

### 日曜窓口・時間外窓口を開設します

問市民課  
☎773-6661

3月下旬～4月上旬は、転入・転出や健康保険の切替えなどの手続きで、市民課の窓口が混雑します。混雑を緩和するために、日曜日と月～金曜日の時間外に市民課窓口を開きます。

例年、4月第一日曜日に開設していた日曜窓口は、新潟県議会議員一般選挙の投票日のため開設しません。その代替として、平日の時間外窓口を開設します。

☎ 3月31日(日) 午前8時30分～午後5時15分、4月1日(月)～5日(金) 午後5時15分～8時

本庁舎 市民課

※大和・塩沢市民センターは開設しません

受け付ける手続  
・転入、転出、転居、死亡、出生、婚姻、国民健康保険の資格喪失・資格取得などの届出

・住民票、戸籍謄抄本などの証明書の交付申請  
・マイナンバーカードの申請と交付 など

#### 注意

- ・旅券(パスポート)事務は取り扱えません。
- ・関係機関などとの連絡が必要な手続きは、正式な処理が翌日以降になることがあります。
- ・来庁者が集中した場合は、待ち時間が長くなる場合があります。

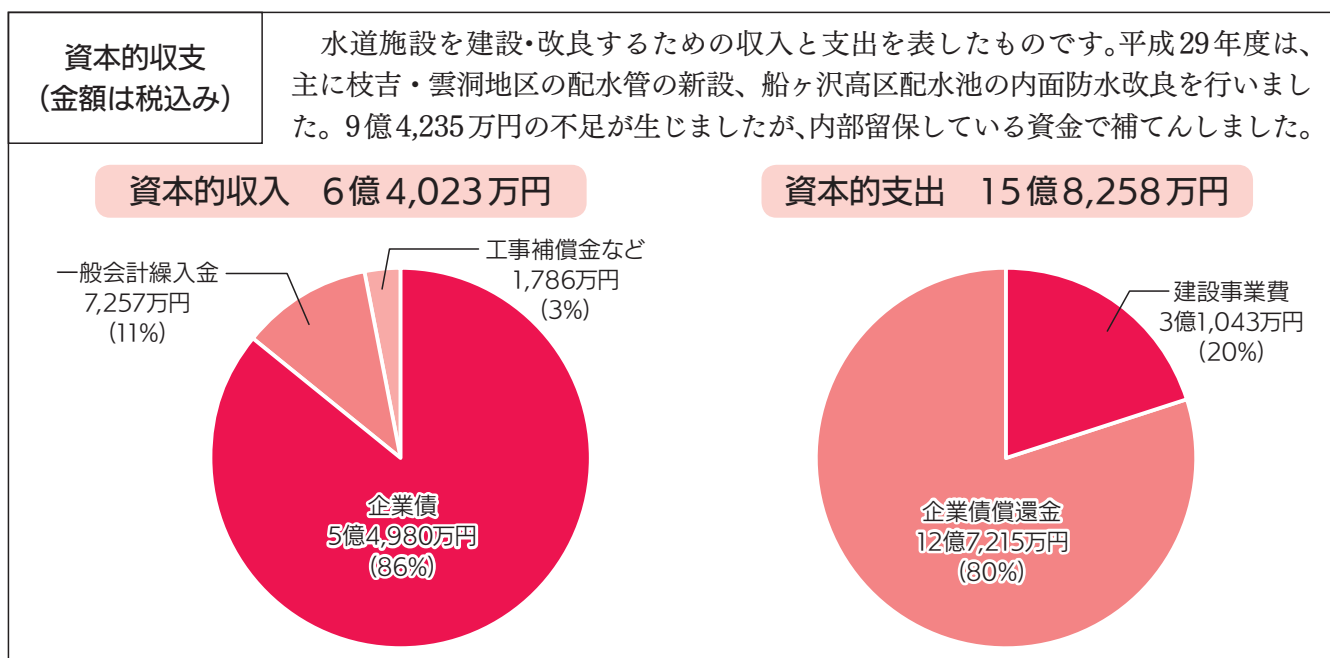
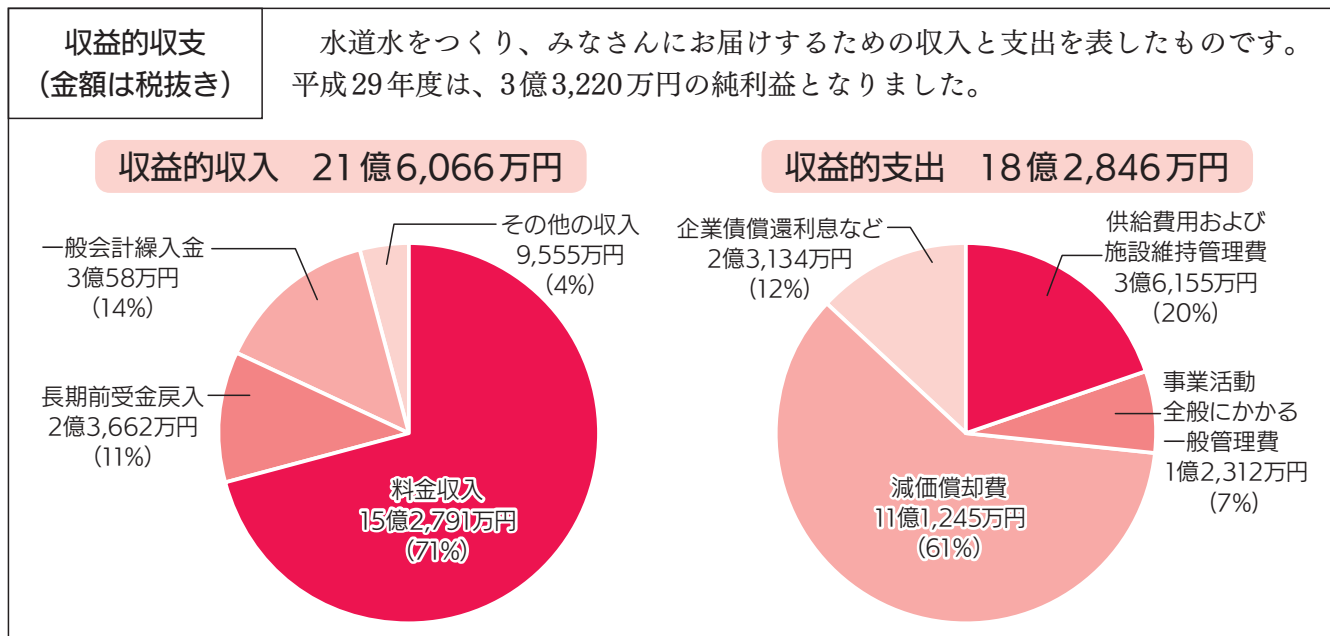
#### ご厚意に感謝します

一般社団法人南魚沼歯科医師会様から、20,000円をご寄付いただきました。

ご厚意に沿うよう、有効に使わせていただきます。

## 平成29年度水道事業会計決算の概要

水道事業は、公営企業法に基づき独立採算での経営を行うため、収益的収支と資本的収支の2つに分けて予算を管理しています。

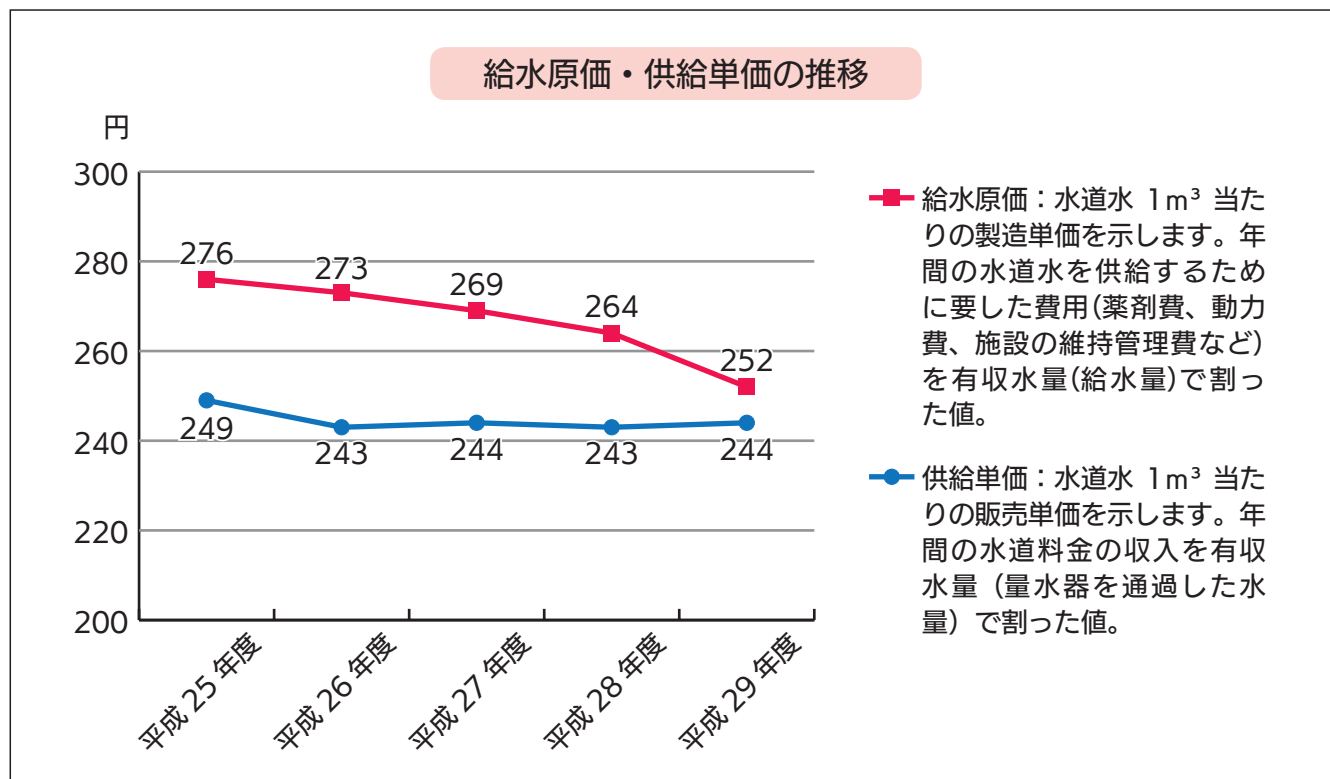


## 水道事業の現状

市の水道事業は、平成17年10月に南魚沼市・塩沢町・魚沼地域広域水道企業団が統合し、現在に至っています。統合直後に214億円あった企業債(借入金)は、平成29年度末で104億円に減少しています。依然として水道料金の収入とほぼ同額の借入金を毎年返済しており、厳しい経営状況が続いています。水道料金の回収率も97%と

低く、一般会計からの繰入金によって黒字を確保している状況です。今後も節水機器の普及や人口減少などに伴う水道使用量および料金収入の減少、水道施設の更新費用の増加が見込まれ、経営環境の厳しさは増すと予測されます。将来の施設更新に備え、内部留保の資金を蓄えるとともに、経営改善に向けて努力していきます。

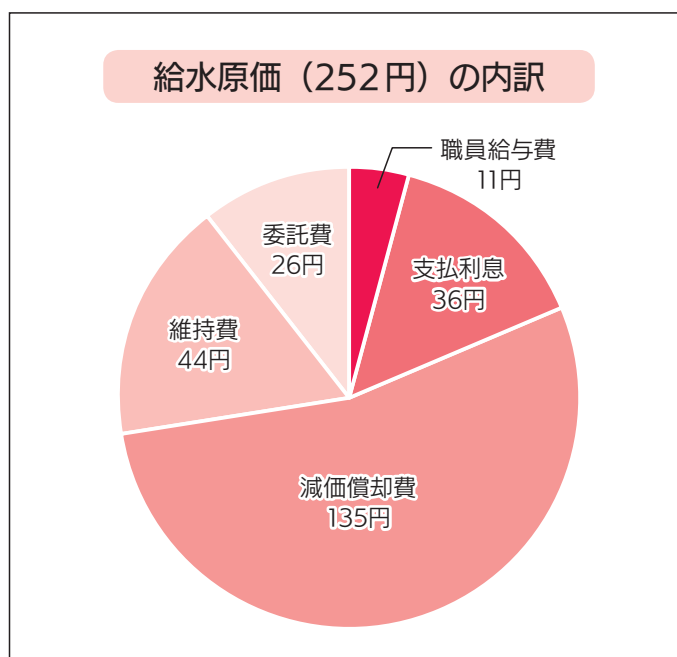
## 南魚沼市の給水原価と供給単価について



水道事業は、独立採算制で経営を持続する必要があります。このため本来は“供給単価”が“給水原価”を上回る必要があります。しかし、供給単価が給水原価を下回る現状が続き、一般会計からの繰入金(補助金)で補てんし、経営の安定が保たれています。

この状況を改善するためには、供給単価(水道料金)を値上げする方法があります。しかし、近隣市町に比べて高い水道料金をこれ以上値上げすることは、市民への負担を考えるとできません。

もう一つの改善策として、給水原価の引下げがあります。給水原価はここ数年、経営努力により下降傾向にあります。さらなる経営の効率化、経費の削減につながる方法の検討などを進めていきます。



### 水道料金・使用量の問合せは上下水道料金センターまで

水道料金や水道の使用量などについては、上下水道料金センター ☎788-0220 (塩沢庁舎内) にお問い合わせください。

※電話のかけ間違いにご注意ください

### 営業時間

月～金曜日：午前8時30分～午後6時  
日曜日：午前9時～正午

## 下水道に接続してください

私たちが排出する生活排水は、そのまま側溝などに流してしまうと、下流で悪臭や害虫、伝染病などが発生する原因となり、川や海が汚れてしまいます。生活環境を清潔に保つためには、みなさんから下水道に接続していただくことが重要です。下水道が整備されたら、くみ取りトイレは3年以内に、水洗トイレの場合はすみやかに下水道に接続しなければなりません。(下水道法第10条、第11条の3)

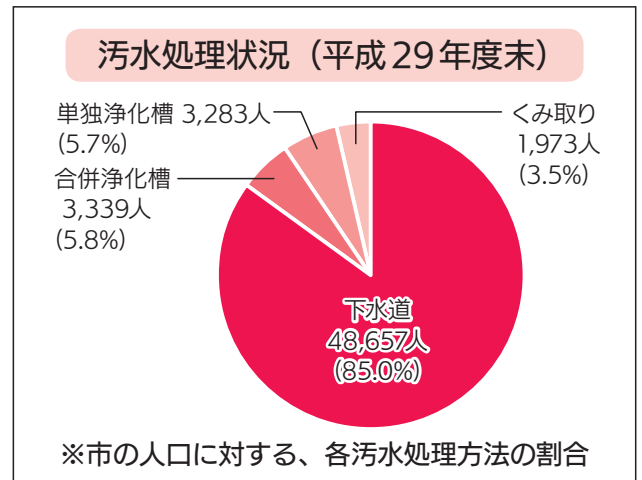
市では、下水道接続工事に対して、100万円を限度とした無利子の融資制度を設けています。制度を活用し、すみやかに下水道に接続してください。

## 市の汚水処理普及率と水洗化の状況

平成29年度末の下水道と合併浄化槽を合わせた普及率は98.7%で、水洗化率は90.1%です。このうち、下水道整備区域のみの普及率は99.8%で、水洗化率は88.5%です。

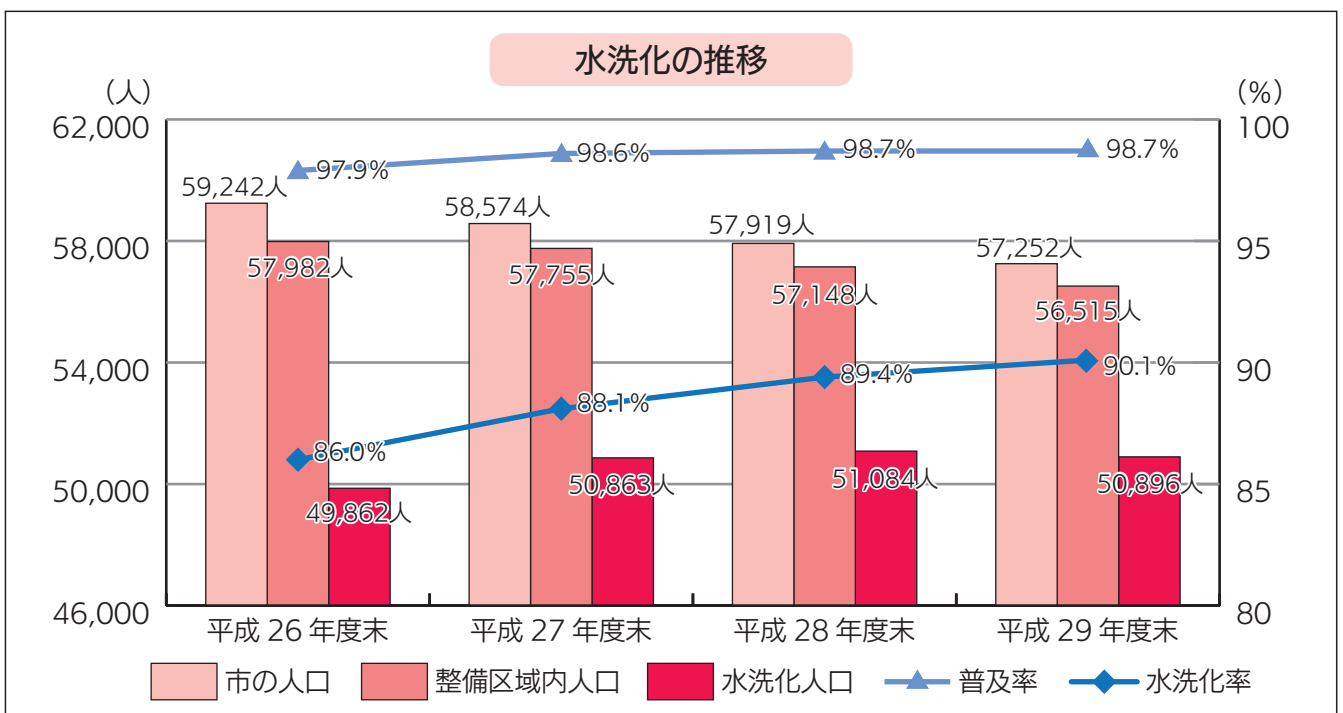
## 浄化槽整備区域では

合併浄化槽による生活排水の処理が指定されている区域では、工事費の一部を受益者分担金として住民が負担し、市が合併浄化槽を設置しています。設



合併浄化槽（生活排水全てを処理する浄化槽）、単独浄化槽（トイレの排水のみを処理する浄化槽）、くみ取りには浄化槽整備区域の人口と下水道整備区域の未接続の人口が含まれます。

置後は、使用者が毎月の使用料を負担し、市が保守点検や清掃などの維持管理を行います。対象地域の詳細や合併浄化槽の設置希望者は、下水道課にお問い合わせください。



普及率…市の人口に対する、下水道整備区域と浄化槽整備区域でそれぞれ下水道、合併浄化槽が整備された人口の割合

水洗化率…下水道、合併浄化槽が整備された人口に対する、下水道、合併浄化槽を利用している人口の割合



## 下水道を正しく使いましょう

### 家の中では…

トイレにはトイレットペーパー以外を流さない  
トイレにタオルやおむつを流すと、下水道施設の運転が止まってしまいます。長時間運転が止まると、汚水が流れなくなり、道路などにあふれる場合があります。



### 天ぷら油や生ごみなどを流さない

油は排水管の中で固まり、詰まりの原因となります。紙や布に吸わせるか、凝固剤を使って燃えるごみとして出してください。毎月第4木曜日に、各庁舎と環境衛生センターで廃天ぷら油の拠点回収を行っています。ぜひご利用ください。



管が詰まって汚水があふれそうなマンホール



ポンプに詰まったタオルを取除く作業

### 家の外では…

### 排水管やマスの破損に気をつけましょう

壊れたままにしておくと、雨水や異物の流入、詰まりや事故などの原因になります。マスなどの破損を見つけたら、お近くの指定工事店か下水道課にご相談ください。

### 店舗などでは…

### グリーストラップの清掃を行いましょ

飲食店や宿泊施設などには、油分を分離させるグリーストラップが設置されています。グリーストラップの清掃が不十分だと、下水道管が詰まってしまいます。付近の住宅に汚水が逆流してしまうこともあり、その場合は原因者に本管清掃代などをご負担いただくことがあります。



ひび割れて交換が必要な公共マス

## ディスポーザーの使用料を廃止します

4月使用（5月請求）分から、ディスポーザーの使用料を廃止します。これまで月額の使用料は1基あたり500円でしたが、無料となります。

ディスポーザーは、生ごみを粉砕して流水で下水道に流せるようにする機械です。台所の流し台の下に設置します。下水道、市管理の浄化槽に接続している家庭で利用できます。ディスポーザーの設置は、指定工事店でなければ行うことはできません。設置する場合は、必ず指定工事店を通じて市に届け出てください。

※設置できる建物には条件があります。詳しくは、下水道課まで

### 排水設備等改造資金融資

自己資金だけでは下水道への接続や排水設備の改造工事費をまかなうことが困難な場合に、金融機関から融資を受けることができます。

貸付限度額 100万円

貸付利率 実質無利子

（市が全額補給）

償還期間 48月以内

※貸付条件、金融機関の審査があります。詳しくは、下水道課まで

## 平成31年度就学援助の申請受付

問・田学校教育課

☎773-6700

市内に住所があり経済的に困っている小・中学生の保護者に、学用品費や給食費などを一部助成します。(所得制限あり)

案内・申請書の配布場所

在籍する学校、各庁舎

※市内の学校では、4月以降に案内を配布します

提出先 学校教育課か在籍する学校

(郵送可)

☞ 4月・4月26日(金)

5月以降・毎月末を締切り日として、平成32年2月28日(金)まで受け付け(申請した月によって、助成対象費・金額が異なります)

注意

・平成30年度に就学援助を受けていた場合でも、新たに申請が必要です。

・同居する世帯全員の市・県民税の申告を済ませてから、申請してください。

※申告の不要な人、申告が済んでいない人は、お問い合わせください

・平成31年1月1日現在で、市内に住所登録がない保護者・同居世帯員は、平成30年分の所得課税証明

書(6月ごろに発行)を住所地から取り寄せて、後日提出してください。

## 出産期間の国民年金保険料免除

問市民課 国保年金係

☎773-6661

国民年金第一号被保険者の産前産後期間中の年金保険料(平成31年度は月額16,410円)が、4月1日(月)から免除されます。

免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間)

☞ 2月1日(金)以降に出生した国民年金第一号被保険者

申請期間

出産日または出産予定日が2月1日(金)~10月1日(火)の人・4月1日(月)~出産予定日が10月2日(水)以降の人・出産予定日の6か月前

☞ 本人確認書類、母子手帳、印鑑

申請先

市民課、大和・塩沢市民センター、六日町年金事務所

## 障がい者地域生活支援事業 日常生活用具の品目の追加

問福祉課障がい福祉係

☎773-6667

☎773-6723

4月1日(月)から、聴覚障がいがあり人工内耳を装着している人が使用する充電電池、空気電池、充電器を事業の給付対象品目に追加します。

給付を希望する人は、購入前に申請が必要です。対象要件や基準額、申請方法については、お問い合わせください。

## 平成31年度から都市計画税を廃止します

問税務課 資産税班

☎773-6668

都市計画課 都市計画係

☎773-6662

平成30年12月の市議会定例会で南魚沼市都市計画条例の廃止が可決されました。これにより、平成31年度からは都市計画税を廃止し、新たな税金の徴収は行いません。

都市計画道路の整備については、今後も順次進めていきます。

## 固定資産の縦覧を開始します

問税務課 資産税班

☎773-6668

固定資産の確認にご利用ください。  
期 4月1日(月)~5月31日(金)  
(土・日曜日、祝日を除く)

縦覧できる人

土地・家屋の固定資産税の納税者か、その代理人

縦覧できる内容

土地 所在地番・地目・地積・価格  
家屋 所在・家屋番号・種類・構造・

床面積・価格  
縦覧・閲覧場所

税務課 資産税班、大和・塩沢市民センター

注意

・所有者の名前、住所などの記載はありません。

・償却資産は縦覧の対象外です。

・縦覧には、運転免許証(代理人の場合は委任状も必要)などの本人確認書類の提示が必要です。

※所有する固定資産について、縦覧できる内容以外の項目や償却資産の内容を知りたい人は、固定資産課税台帳(名寄帳)の閲覧を申請してください。縦覧期間中は手数料が無料です



## 大和学校給食センター 非常勤調理助手募集

問・田大和学校給食センター

☎777-2429

緊急時や忙しい時に、給食調理を手伝ってくれる人を募集します。性別、年齢、資格などは問いません。

職種 調理助手

募集人数 若干名

勤務日 不定期(月3〜4日程度)

勤務時間 午前8時〜午後4時(半日単位も可)

賃金 時給910円)

## 自衛隊幹部候補生(大学程度) 試験・院卒者試験)募集

問・田自衛隊新潟地方協力本部 長

岡出張所

☎0258-333-0256

✉nagaoka001@rct.gsdf.mod.go.jp

大学程度試験

資平成32年4月1日時点で、22歳以上

26歳未満の大学卒業程度の学力がある人(修士課程修了者などは、

22歳以上28歳未満)

院卒者試験

院卒者試験

資平成32年4月1日時点で、20歳以上

28歳未満の修士課程修了者など

※大卒程度試験と院卒者試験は併願可

## 一次試験

5月11日(土) 筆記試験

5月12日(日) 筆記式操縦適性試験

(飛行要員希望者のみ)

※試験種目、二次試験、合格発表など、詳しくはお問い合わせください

い

5月1日(水・祝)

## 市道などの春先除雪

問建設課 維持管理班

☎773-6674

市道の冬期除雪で積み上げた雪を処理する春先除雪の実施時期をお知らせします。国道・県道の実施時期とは異なります。ご注意ください。

作業の実施時期は、降雪や雪消え状況によって変更する場合があります。

運搬・排雪と雪山崩し

農地などに山積みした雪の運搬・

排雪と雪山崩し作業は4月1日(月)から、

苗代などの排雪は3月25日(月)から

を行います。

排雪を行う場合は、周辺での処理

ができないか所で最小限の範囲で行

います。

春割除雪

例年、春になってから行う除雪路

線以外の路線の除雪は、4月10日(水)

から行います。

## 県内高速バス

平日の運行時刻が変わります

問アイ・ケー・アライアンス株式会社

☎025-279-1212

4月1日(月)から県内高速バス(新潟十日町線)の新潟行きの平日ダイヤが改正されます。

新潟市内への早めの到着を望む利用者が多いことから、平日の新潟行

き第1便の運行時刻が15分早まります。

六日町停留所(六日町IC内)の発車が午前6時58分から午前6時

43分に変更となります。休日(土・日曜日、祝日、年末年始)のダイヤ

に変更はありません。

詳しくは、運行事業者のウェブサイト(「泉観光バス」で検索)でご

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

確認ください。

公売物件 マンション3室  
所在 石打986番地2ほか  
建物の名称 ツインタワー石打  
入札日時  
3月20日(水) 午後2時

入札会場 本庁舎2階大会議室  
売却決定(代金納付)  
3月27日(水)

## 児童虐待かもと思ったら 189番

問・相談先 子育て支援課(こども

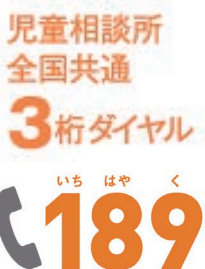
家庭支援班

☎773-6822

☎773-6724

「児童虐待かも」と思ったらすぐにお電話ください。児童相談所全国共通ダイヤル「189」に電話すると児童相談所につながります。あなたの電話で救われる子どもがいます。匿名で連絡でき、連絡者・内容に関する秘密は守られます。

連絡を受けると、児童相談所または子育て支援課が調査を開始し、48時間以内に子どもの安否を目視で確認します。



## 春の火災予防運動

消防本部 予防課

☎782-53330

大和分署

☎779-4600

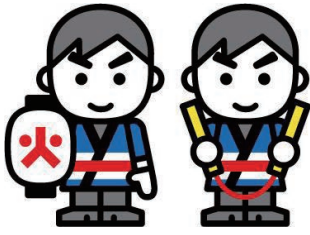
4月1日(月)～7日(日)に、春の新潟県火災予防運動が実施されます。

春は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。特に、野焼きによる火災が多発します。

また、今年は少雪傾向であったため、早めの雪消えが予想されます。林野火災などが起こりやすくなります。ご注意ください。

雪の重みなどにより灯油・LPガスの配管が破損している場合があります。家の周りの配管を点検しましょう。

雪が消えても、暖房器具を使う機会があります。火の取り扱いにはご注意ください。



## 野焼きはやめましょう

廃棄物対策課

☎782-0336

野焼き(野外の焼却)による煙や臭いで、日常生活や健康に支障をきたす人がいます。

野焼きは、法律で禁止されています。例外として認められている焼却もありますが、違反した場合は処罰の対象となります。

誰もが気持ちよく暮らせる住環境を保つために、草木、剪定枝などを含めて野焼きはやめましょう。

草木、剪定枝などの出し方

塩沢・六日町地域

剪定枝…可燃ごみ処理施設に搬入してください。(直径50cm以内、長さ2m以内)

草木など…もえるごみに出してください。(直径10cm以内、長さ60cm以内)

大和地域

剪定枝…エコプラント魚沼(☎025-792-9900)に搬入するか、大型ごみとして出してください。(直径10cm未満、長さ150cm未満)  
草木など…燃やせるごみに出してください。(直径5cm未満、長さ50cm未満)

## 家庭ごみの出し方とマナー

廃棄物対策課

☎782-0336

ごみはルールを守って正しく収集場所に出しましょう。

家庭ごみの出し方

指定ごみ袋を使用する。(指定ごみ袋には処理料金が含まれていません)  
重さを10kg以下にする。

「家庭ごみの分け方・出し方ガイドブック」に従って、種類ごとに分別する。

「家庭ごみ収集カレンダー」で、収集日と収集内容を確認する。

午前8時までに出す。  
収集場所を確認する。(ごみの種類や地域によって収集場所が異なります)

違反シール

分け方・出し方が守られていないごみには、違反シールを貼り、収集しません。

指定ごみ袋

塩沢・六日町地域と大和地域では、指定ごみ袋が異なります。他地域の指定ごみ袋を使用した場合は収集しません。ご注意ください。

ガイドブック

「家庭ごみの分け方・出し方ガイドブック」「家庭ごみ収集カレンダー」

「ガイド」は、環境衛生センター(廃棄物対策課)・本庁舎総合窓口、大和・塩沢市民センターで配布しています。

## 消費税の軽減税率説明会

問 小千谷税務署

☎0258-83-2090

すべての事業者に関係のある、消費税軽減税率制度に関する説明会を開催します。

事前小千谷税務署 法人課税部門(☎0258-83-2092)にご予約ください。

4月5日(金) 午後5時

4月11日(木) 湯沢町役場3階 大会議室(湯沢町神立)

4月12日(金) 大和庁舎3階 大会議室

4月15日(月) 小千谷市総合福祉センター「サンラックおぢや」3階 大ホール(小千谷市桜町)

4月16日(火) 小出ボランテアセンタ12階 研修室(魚沼市小出島)

時 午後1時30分～2時30分  
(受付 午後1時20分)

対 個人事業主と法人

定 各日50人

費 無料

持 筆記用具



**「都市鉱山からつくる！  
みんなのメダルプロジェクト」  
受付終了**

問 廃棄物対策課

☎ 782-0339

2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて、使用済みの小型家電から回収した金属でメダルをつくる「都市鉱山からつくる！みんなのメダルプロジェクト」の受付が終了します。これに伴い市の回収も終了します。

期 3月29日(金)まで

回収対象

携帯電話・スマートフォン

回収方法

本庁舎 総合窓口、大和・塩沢市民センター 窓口に設置されている回収ボックスに入れてください。

**平成31年度慰霊巡拝事業**

問 新潟県 福祉保健部 福祉保健課

援護恩給室

☎ 025-280-5180

旧主要戦域における厚生労働省主催の慰霊巡拝事業が実施されます。

参加を希望するご遺族は、お問い合わせください。

実施地域 アッツ島、モンゴル国、

イルクーツク州、ハバロフスク地

方、中国東北地方、ソロモン諸島、沿海地方、東部ニューギニア、インド、マリアナ諸島、フィリピン、硫黄島

実施予定時期

6月下旬～平成32年2月中旬

**有毒植物による食中毒にご注意を**

問 南魚沼保健所

☎ 772-8143

新潟県 福祉保健部 生活衛生課

☎ 025-280-5205

例年、春の山菜シーズンに、有毒な野草などによる食中毒が発生します。正確に鑑別できない野草などは、「採らない」「食べない」「人にあげない」ようにしましょう。

間違えやすい毒草

食べられない(有毒)	食べられる
スイセン	ニラ
バイケイソウ、コバイケイソウ	オオバギボウシ(ウルイ)
イヌサフラン	ギョウジャニンニク
ドクゼリ	セリ

毒草の写真など詳しくは、新潟県ウェブサイト(「にいがた 毒草」で検索)をご覧ください。

**65歳からの「水中運動教室」  
(1期)「参加者募集」**

問 田南魚沼市地域包括支援センター

☎ 773-6675

腰や膝に不安がある人、体力の低下を感じる人にお勧めの教室です。腰や膝に負担をかけずに筋肉や心肺機能を強化できます。

教室に参加して、健康増進を図りませんか。

日 4月23日～7月2日の毎週火曜日

(全10回)

時 午後2時～3時

会 デイスポート南魚沼

対 市内に住所のある65歳以上

内 水中歩行とアクアエクササイズ

(水中運動)

費 1回300円

期 4月9日(火)

**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」

一歩踏み出して悩みを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 ① 4月3日(水) 午前10時～11時

② 4月23日(火) 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

期 ① 3月29日(金)

② 4月19日(金)

申 電話でお申し込みください。

他 相談員による電話相談・来所相談に、随時応じます

**事務養成科 1期平成31年4月  
入校生募集**

問 新潟県立魚沼テクノスクール

☎ 025-794-2410

日 4月25日(木)～7月24日(水)の祝日を

除く月～金曜日

時 午前9時30分～午後4時10分

会 株式会社エム・エスオフィス

オン小千谷店内 特別研修室(小

千谷大字平沢新田)

対 パソコンの事務スキルとマナー・

コミュニケーション力を習得し、

就職を希望する人

定 15人

費 無料(別途、テキスト代などの自

己負担あり)

期 4月4日(木)

申 ハローワーク南魚沼

**障がい者の超短時間雇用について**

【意見・提案など】

私には発達障がいがあります。そのため一般の人と同様に働くことが難しく、また週20時間以上の勤務が求められる障がい者雇用も高いハードルだなと感じています。

そんな折、テレビで「障がい者の超短時間雇用」という特集を拝見しました。これは、1日15分以上の勤務から始められ、職務内容を明確に定義することで障がい者が就労しやすい環境をつくるというプロジェクトです。「IDEAモデル」と呼ばれ、東京大学の近藤武夫教授が提案しています。この取組みには企業だけでなく自治体の協力が不可欠ですが、実際に研究に参加している企業・自治体では一定の成果が得られているとのこと。

ここで要望です。南魚沼市もこのIDEAモデルに取り組んでいただけないでしょうか。もし実現すれば、私のように働きたいけれど働けない人たちにとって将来を開ききっかけ

になります。さらに障がい者にとって働きやすい環境を整備することは、健常者の働きやすさにもつながるはず。ぜひ、ご検討いただければ幸いです。

(平成30年11月)

【市からの返事】

「障がい者の超短時間雇用」(IDEAモデル)については、東京大学の近藤准教授と川崎市、神戸市、ソフトバンク社との間などで取組み、研究が行われているようです。

短時間労働者を複数人雇用することで障がいのある人の社会進出を促しながら労働力不足をまかなうこの取組みは、人口減少により労働力が不足している企業と障がいなどで長時間の労働が難しい人にとって、非常に魅力的なアイデアだと思います。しかし、このIDEAモデルは、企業が求める仕事の種類や環境と労働者のニーズとの整合性や効果検証など、まだ調査・研究段階であることから、国も正式に政策として推進しているものではありません。市としてもIDEAモデルの今後の動向については大変興味を持っています。調査・研究の成果がまだ明らかでない現段階では、この取組

みが製造業やサービス業が多い地域に合うのかも含めて判断できないため、今後、国などの動向を見ながら検討していきます。

いただいた提案は市役所内の関係部署と情報を共有し、市内企業に向けても情報の提供を行っていきます。

(担当：商工観光課)

**ごみ収集について**

【意見・提案など】

夏期も冬期もゴミ収集曜日、回数と同じですが、もえるゴミに限り回収回数を冬期は減らしても支障がないのでは？冬期は臭うことも余りなく量的にも減るのでは？回収回数を減らすことは経費節約につながると思います。

(平成30年2月)

【市からの返事】

大和地域の可燃ごみの収集は、月・水・金曜日の週3回です。収集量は、水曜日と金曜日がほぼ同量で、月曜日はその1.5倍です。休み明けにごみ量が増える傾向があります。月ごとの収集量は8月が最も多く、2月と6月が少なく、他の月は平均しています。2月は多少減るものの、冬期にごみの量が減少するといった

傾向はみられません。

可燃ごみの収集作業は、市の委託業者が車両3台で行っています。1台に積載できるごみの量には限度があり、収集日を少なくした場合はその分が他の収集日上乗せされることから、過剰積載が心配されることです。週3回に分散して収集することで、こうした問題が起きないようにしています。

また、ごみを毎回出す人もいれば、何日分かまとめて出す人もいます。週に2回よりも3回の方が、市民の利便性にもつながると考えています。ごみの排出量は、今後、人口減少に伴い減少すると考えられます。こうした状況をみながら、将来的に収集日や回収回数を検討しつつ、経費節減に努めたいと考えています。

(担当：廃棄物対策課)





# 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

## 南魚スポーツパラダイス

### 平成31年度会員募集

総合型地域スポーツクラブ南魚スポーツパラダイス(スポパラ)は、年会費6,170円でさまざまな教室が無料か割引価格で受講できます。

会員になって健康増進に励みませんか。

### 参加者募集

#### 第1期 リズム体操教室

軽快なリズムに合わせて体を動かします。心と体をリフレッシュしませんか。

日 4月16日～6月25日の祝日を除く毎週火曜日(全10回)

時 13:00～14:00

対 16歳以上 定 50人(先着)

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月19日(火) 9:00～

#### 第1期 ボディメイキング教室(夜)

やわらかいボールを使った簡単な運動を行います。どなたでも気軽に始められます。

日 4月16日～6月25日の祝日を除く毎週火曜日(全10回)

時 19:00～19:50

対 16歳以上 定 25人(先着)

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月19日(火) 9:00～

#### 第1期 ベビーマッサージ教室

親子で肌のふれあいを通して絆を深めよう! 生後すぐのタッチケアは発育を促進します。

日 4月18日(木)、5月9日(木)、16日(木)、30日(木)、6月6日(木)(全5回)

時 10:30～12:00 定 11組(先着)

対 生後2か月～ハイハイ前の乳児と母親

費 会員:新規2,050円、一般:4,110円

※別途、材料費500円が必要

受付け 3月21日(木・祝) 9:00～

#### 第1期 らくらく青竹教室

昔ながらの健康法を取り入れた簡単な運動を行います。体力に自信のない人でも安心な教室です。

日 4月18日～6月27日の祝日を除く毎週木曜日(全10回)

時 13:00～14:00

対 16歳以上 定 40人(先着)

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月21日(木・祝) 9:00～

#### 第1期 楽しいキッズダンス教室

4歳から始められるヒップホップダンス教室です。リズム感を身に付けませんか。

日 4月18日～6月27日の祝日を除く毎週木曜日(全10回)

時 17:30～18:30 定 15人(先着)

対 4歳児(年中)～小学1年生

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月21日(木・祝) 9:00～

#### 第1期 やさしいステップボクシング教室

ボクシングの動きを取り入れた運動を行います。体を動かしたい人に最適です。

日 4月18日～6月27日の祝日を除く毎週木曜日(全10回)

時 18:30～19:30

対 16歳以上 定 25人(先着)

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月21日(木・祝) 9:00～

#### 第1期 ボディメイキング教室(昼)

関節や筋肉に痛みを感じる人、体型が気になる人にお薦めです。

日 4月19日～6月28日の祝日を除く毎週金曜日(全10回)

時 10:00～10:50

対 16歳以上 定 25人(先着)

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月22日(金) 9:00～

#### 第1期 フラダンス教室

フラの音楽に合わせてゆらゆらダンス。心を落ち着かせて気分もリフレッシュ!

日 4月19日～6月28日の祝日を除く毎週金曜日(全10回)

時 11:00～12:00

対 16歳以上 定 50人(先着)

費 会員:新規無料、一般:4,110円

受付け 3月22日(金) 9:00～

田 ディスポートに設置の申込書に記入し、料金を添えてフロントにお申し込みください。

※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)保険料は、年会費・受講料に含まれます(当該教室のみ有効)



# 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

アンケート調査（ベースライン調査）から、魚沼地域（南魚沼市・魚沼市）の65歳以上にやや低栄養傾向（BMI 20未満）の人が多いという結果が出ました。（図1）

介護が必要となる原因のひとつに、「高齢による衰弱」があげられます。高齢による衰弱は近年「フレイル」と呼ばれ、①体重の減少、②主観的疲労感、③日常生活活動量の減少、④身体能力（歩行速度）の減弱、⑤筋力（握力）の低下のうちの3項目が当てはまればフレイル、1～2項目が当てはまる場合はその前段階とされています。また、「加齢に伴う筋力の減少、または老化に伴う筋肉量の減少」はサルコペニアと呼ばれ、低栄養と密接に関連しています。サルコペニアは運動・身体機能に障害が生じ、転倒・骨折により自立した生活を困難にする原因となります。

「低栄養→筋肉量・筋力の低下（サルコペニア）→エネルギー消費量の低下→食事量の低下→低栄養」というサイクルはフレイルサイクル（図2）と呼ばれ、このサイクルを繰り返すと要介護状態に進む可能性が高くなります。そこで、このフレイルサイクルを断ち切る必要があります。①3食きちんと食べる、②肉や魚、卵や豆腐などの良質なたんぱく質を十分に摂る、③適度な運動を行うことに留意しましょう。

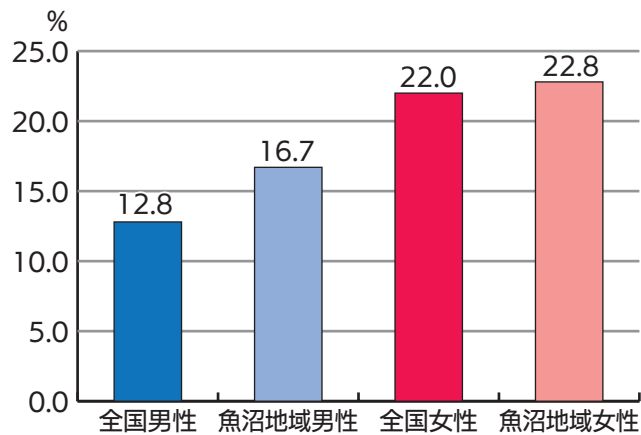


図1 65歳以上の低栄養傾向の人の割合

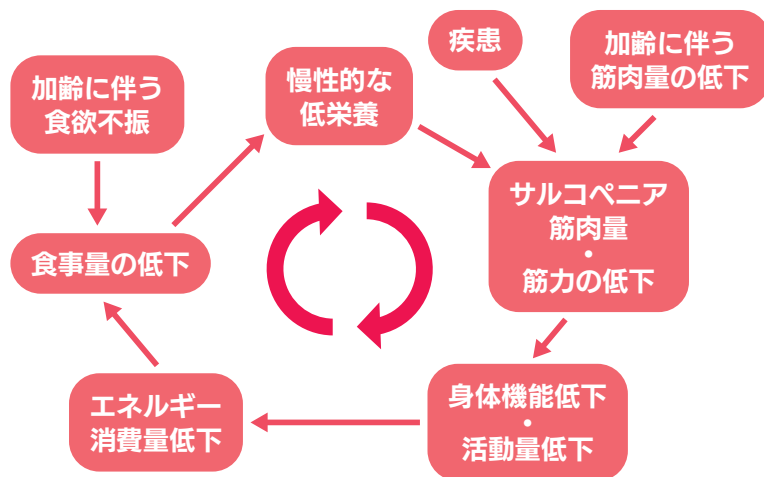


図2 フレイルサイクル

公益財団法人長寿科学振興財団：健康長寿ネット (<https://www.tyojuu.or.jp/net/byouki/frailty/yobou.html>) から一部改変して引用

## 健康調査票をご返送ください

コホート研究に同意いただいたみなさんに、1年に1度、年度末に健康調査票を送付しています。健康調査票には、1年間の健康状態についてわかる範囲で記入し、ご返送ください。

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    📠ファックス777-2766  
<http://www.facebook/NUHPM>

## 池田記念美術館

開館9:00～17:00  
(入館16:30まで)

3月の休館【毎週水曜日】

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

### 山本弘 ～旅情と山河～

期 4月2日(火)まで

長岡市在住の山本弘さんの個展。魚沼の山河や、旅先のイタリアの風景など、旅情あふれる風景画が中心です。

### 宇賀治徹男水彩画展 ～農村で見つめて50年～

期 4月6日(土)～23日(火)

三条市在住で、示現会会員の宇賀地徹男さんの個展です。

## 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)

3月は毎日開館

☎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 6月12日(水)まで

#### 春の情景と美人画展

初代歌川豊国の生誕250周年を記念し、喜多川歌麿、歌川国芳らの美人画を展示します。

吉田博らが描く、春をテーマにした風景画も共に展示します。春の情景と伝統的な日本の美を感じてみませんか。

#### セピック・アート（造形美術）の世界

儀礼用カヌー、精霊像、精霊堂の模型、祖霊の仮面、割れ目太鼓、食器、腕輪、ペンダント、ストーリーボード、漁労具、槍など貴重で独特な作品約60点を展示。

同時開催 第14回三国街道塩沢宿ひな雪見かざり

期 4月3日(水)まで

## 南魚沼市民会館

受付8:30～17:15

3月の休館【毎週月曜日】

☎773-5500 F772-8161  
URL <http://www.6bun.jp/kaikan/>

### 北海道歌旅座 昭和のうたコンサート

全国各地に音楽の感動をお届けしている「北海道歌旅座」が南魚沼市にやってきます。昭和流行歌レパートリーをお楽しみください。

日 5月1日(水・祝) 14:00～(開場13:30)

会 市民会館 多目的ホール

費 全席自由 前売券2,000円、当日券2,500円  
(市民会館にて発売中)

※就学児以上が対象

## 鈴木牧之記念館

開館9:00～16:30

3月の休館【26日(火)】

☎・F782-9860 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』の挿絵 その44◇

『北越雪譜』の中で最も凄惨な挿絵は、ニホンオオカミが人家に入り込み人間を襲う図です。

裸足で逃げ出す老婆、首にかみつかれる女性、床下に隠れる少女が描かれています。



「雪中狼入人家図」部分

## 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)

3月21日(木・祝)まで毎日開館

☎770-1173 F770-1183  
URL [http://m-uonuma.jp/look/bunka/munakata\\_art\\_station](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。

棟方志功アートステーションは、3月21日(木・祝)をもって、閉館します。これまでのご支援、ご愛顧に心より感謝申し上げます。

## トミオカホワイト美術館

開館10:00～17:00  
(入館16:30まで)

3月の休館【毎週水曜日、18日(月)、19日(火)】

☎775-3646 F775-3650 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：28日(休)

### 富岡惣一郎没後25周年「トミオカホワイトの世界」

期 3月21日(木・祝)～7月16日(火)

富岡の創作は、色彩を用いた時代を経て、白と黒の対比を追求しました。晩年は淡い色を取り込み、光を白で表現した星に取り組みましたが、その試みは未完に終わります。本展は画業の道筋がわかる展示となっています。

#### カフェ「茶 Hakkaï」

土・日曜日、祝日 10:00～15:30に営業。

#### ラウンジ展 3月 観覧無料

市民ギャラリー うえたあやみ 植田綾美 絵画展  
スプリング ブリーズ  
「Spring Breeze」

城内さんぽ～私の宝物～ 錦絵、日本画などを展示

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	
	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	
	誕生日会・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 ☎782-5163	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	
	あそびの広場、リフレッシュ講座、あかちゃんランド、アロマ講座、ハッピー子育て講座、モグモグ広場、手作り広場、すこやかキッチン、親子保育体験、プレキンダースクール、プレママランド	日程、内容、申込みについては、毎月発行している「塩沢金城わかば児童館だより」をご覧ください。		
	ママ'sカフェ	4月15日(月)	10:30～11:30	
	作って学ぼう！ちまき作り	4月14日(日)	10:00～12:00	
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」）	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





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。持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

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12月生	4月26日(金)	13:00～13:10	4月25日(木)	13:20～13:30
10か月児健診	平成30年6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3月生	5月に実施		4月23日(火)	13:00～13:10
1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布	平成29年9月生	4月5日(金)	13:00～13:10	4月12日(金)	13:00～13:10
2歳児歯科健診 フッ化物塗布	平成29年3月生	5月に実施		4月17日(水)	13:00～13:10
2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	平成28年9月生	4月4日(木)	9:00～9:10	4月10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3月生	4月18日(木)	13:00～13:10	4月11日(木)	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10月・ 平成30年11月生	4月15日(月)	9:45～	子育て支援 センター	不要
もぐもぐ教室 (離乳食教室)	平成30年9月生	4月19日(金)	9:30～9:45	子育ての駅 「ほのぼの」	事前に保健課にお 申し込みください

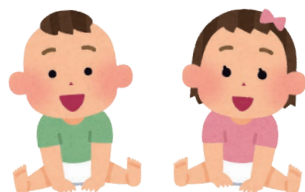
## 子どもの耳の健康と聞こえ

聴力は言葉や知能の発達のために大切です。子どもの聴力障がい、軽度の場合は発見されにくく、気付かないでいると言葉の発達が遅れるなど大きな影響を及ぼします。

### 新生児聴覚スクリーニング検査

新生児1,000人のうち、1～2人は生まれつき耳の聞こえに障がいがあるといわれています。

新生児の聴覚検査は、赤ちゃんがぐっすり眠っているときに小さな音を聞かせ、脳波を測定することで耳の聞こえが正常かどうかを判断します。検査は出産・出生の入院中に医療機関で行うことができ、痛みや副作用もありません。



## 子どもの聴力低下の原因

新生児聴覚スクリーニング検査で、異常がみられなかった場合でも流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)などの感染症や生活習慣、急性中耳炎、しんしゅつせい滲出性中耳炎などの中耳炎により、後天的に難聴となることがあります。滲出性中耳炎は急性中耳炎とは違い、痛みがなく発見が遅れることがあります。「テレビの音が大きい」「呼んでも振りむかない」などの症状から発見されることもあります。3歳児健診時の聴覚検査も有効です。自宅での検査を行い、問診票を提出しましょう。

また、耳は「耳掃除」を行わなくても垢を自然に排出します。「耳掃除」は、無理に行う必要も日常的に行うも必要ありません。無理に耳垢を取ろうとすると、垢を奥に押し込んでしまったり、鼓膜を傷つけてしまう場合があります。耳垢が詰まりやすい場合は、耳鼻科を定期的に受診するとよいでしょう。

参考：子育て支援者のための情報誌 母子保健

# 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。

時 19:00～翌朝8:00（毎日）

## 意見・提案をお寄せください

市では、市政への意見・提案を「市政ポスト」として受け付けています。市政発展のために建設的な意見・提案を、ぜひお聞かせください。

**受付先** 各庁舎に設置の市政ポスト、書簡（ハガキ、封筒、市報平成30年11月15日号5・6ページなど）、ファックス、電子メール、市ウェブサイトのお問合せフォーム  
〒949-6696 南魚沼市六日町180番地1  
南魚沼市役所 秘書広報課

☎773-6658 F 772-3055

✉ kouhou@city.minamiuonuma.lg.jp

※意見などは、個人情報を除き市報・市ウェブサイトを活用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

## 蔵書点検のため臨時休館します

ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

塩沢図書室 4月1日(月)～5日(金)

大和図書室 4月8日(月)～12日(金)

南魚沼市図書館 4月15日(月)～19日(金)

## 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	・めくるめく短歌たち	錦見映理子
	・夏井いつきの俳句ことはじめ	夏井いつき
	・跳ぶ男	青山 文平
	・帰去来	大沢 在昌
	・この地上において私たちを満足させるもの	乙川優三郎
	・怪物の木こり	倉井 肩介
	・骨まで愛して 粗屋五郎の築地物語	小泉 武夫
	・指揮権発動	笹本 稜平
	・ピーク PEAK	堂場 瞬一
	・新宿の猫	ドリアン助川
	・つくもがみ笑います	畠中 恵
	・DRY	原田 ひ香
	・平成くん、さようなら	古市 憲寿
	・散歩するネコ れんげ荘物語〔4〕	群 ようこ
	・吹上奇譚 第2話 どんぶり	吉本ばなな
	・逃げろ、手志朗	吉森 大祐
	・いい女、ふだんブツ散らかしており	阿川佐和子
	・次の人、どうぞ！	酒井 順子
	・東海道ふたり旅 道の文化史	池内 紀
	・ミッテランの帽子	アントワヌ・ローラン
その他	・メモの魔力	前田 裕二
	・徳川家康の江戸プロジェクト	門井 慶喜
	・ことばの生まれる景色	辻山 良雄
	・日本文学気まま旅 その先の小さな名所へ	浅見 和彦
	・NEW POWER	ジェレミー・ハイマンズ
	・18歳から考えるワークルール	道幸哲也／編
	・定年後の経済学	橘木 俊詔
	・プログラミング教育ってなに？	
	・親が知りたい45のギモン	石戸奈々子
	・山中伸弥人体を語る	山中 伸弥
	・免疫学の基本 運動・からだ図解	松本健治／監修
	・免疫力アップの健康みそ汁	石原新菜／監修
	・あなたがひとりで生きていく時に知っておいてほしいこと	辰巳 渚
	・還暦着物日記	群 ようこ
	・土壌学の基礎 生成・機能・肥沃度・環境	
	・兄・宇野昌磨	宇野 樹