

市報 みなみ魚沼



「トマト、とれたよ」
〜上町保育園〜



おもな内容

市長の一言日記	3
各課からのお知らせ	4
まなびのひろば	14
けんこうひろば	20
掲示板	22
ニュースプラザ	27

南魚沼市に暮らすしあわせ

移住・定住促進に関する情報や、実際の移住者の声をお届けします

【問合せ】 地方創生推進室 ☎773-6659

南魚沼市の魅力にひかれて、実際に移り住まれた人の声を紹介します。

移住したみなさんの声 (第3回)

山 健太郎さん〔石打〕

今回お話を伺ったのは、南魚沼市観光協会働く山 健太郎さんです。ふとしたきっかけで目の当たりにした雪国の冬景色に魅了され、移住することを決めた、踊りと祭りが大好きな青年です。話題のダンスユニット「MINAMI-UONUMA DANCE 7」の発案者でもあります。

Q 南魚沼市へはいつ移住して来ましたか？

A 平成25年7月に東京で勤めていた会社を辞め、観光コンシェルジュ(総合的な承り役)として、1ターンで移住しました。

Q なぜ南魚沼市での生活を選んだのですか？

A もともと新潟を含めた北陸地域に住んでみたいという気持ちを持っていました。6年前の年末に東京から新潟経由で関西方面に向っていたところ、雪の影響で電車が水上で止まり、そこから代替のタクシーで湯沢に向ったのですが、トンネルを抜けた瞬間の静寂と一面真っ白な雪景色に言葉を失い、ただただ感動しました。あんなに雪が降っている景色を見たのは人生初でした。そのことがとにかく印象的で、その後に3回新潟を訪れて、住んでみたいという気持ちが強まりました。まさに人生の転換期だったと思います。

Q 南魚沼市で暮らす魅力は？

A 都会での生活で感じていた渋滞や混雑、待つといったストレスがないことです。最近よく思うのは、すぐそばにすばらしい山々があることです。この景色はいつ見ても感動します。地域の人たちも、それぞれ慣れ親しんでいる山があって楽しんでいる。あとは気候ですね。夏の朝晩の涼しさは、本当にありがたいです。そして、静寂に包まれた冬、その世界観が心地よくて大好きです。車の運転を除けば、生活する上で雪に対する不安は全くないです。

Q 生活の中で特別な「こだわり」があれば教えてください。

A 「もの」をあまり持たないことです。歌であったように「トランク一つだけ」で生活したいと思っています。でも今は難しいので軽自動車1台で荷物が収まる生活を目標に、パソコンとスマートフォン、インターネット環境があればいいかなという感じで、テレビも洗濯機も冷蔵庫もない生活をしています。



もう一つは、毎日温泉に入ることです。一日の終わりに温泉に入れば、その日はそれだけで100点満点です。

Q これから南魚沼市で暮らそうと考えている人に、アドバイスをください。

A 来てみてすぐ「ダメだ合わない」ではもったいないので、長い目で見て住んで欲しいです。お試しという感覚でもよいので、まず訪れてこの地しかないとは決めずに、気づいたら長く住んでいたという感じでよいと思います。この地の春夏秋冬のいろいろな面を見て、それから決めてもよいと思います。とにかく短期間の滞在で決めないでほしいと思います。



わかまち
カフェ

若者まちづくり会議～「若者力あふれるまちをめざして」～
住み続けたいまち「南魚沼」を一緒に考えませんか？

【問合せ・申込み】 地方創生推進室 ☎773-6659

若者まちづくり会議に参加いただける市内在住・勤務の若者(40歳以下)を募集します。明日の南魚沼市のまちづくりを、一緒に考えてみませんか？

日時 9月24日(土) 14:00～17:00

会場 ふれ愛支援センター2階 多目的ホール

定員 40人(達し次第締切り)



「去りゆく夏を惜しんで」

お盆も過ぎ、朝夕はめっきりと過ごし易くなった今日このごろですが、みなさまは夏バテをしませんでしたか？

それにしても本当に暑い夏でしたが、秋の気配を感じるころになると何かもの哀しい気持ちになり、灼熱の夏をいとおしむ感情が湧き出ることもあり、自分の身勝手さにいささか呆れてしまいます。

さて、もうすぐ実りの秋です。丹精込めて育てたお米の収穫作業も間近となりました。生育期の水不足の心配もありましたが、幸いにその心配も何とか乗り越え、あとは豊作を願ひ、収穫を待つのみです。

実りの秋といえば「山のブナなど、熊の餌はどうなっているのだろう



か？」と、毎年心配をしているところですが、残念ながら今年は凶作のようです。そうだとすれば、熊が餌を求めて里へ出没する頻度が増して、人が被害にあう事故が多発するのではないかと今から懸念されます。

みなさまにおかれましては、熊の出没に対し十分に注意され、被害に遭うことのないようお願いするものです。

実りの秋、作物の豊作をみんなまで喜びあえることを祈念し、去りゆく夏を惜しみながら、今月の一言日記といたします。

国際大学留学生 お国自慢コーナー ~ boast of my country ~



モロッコ王国 ヨーネス イドラシさん

私の国はこんなところ

モロッコは北アフリカに位置し、地中海と大西洋に面しています。南ヨーロッパに位置するスペインまでの距離は約14キロメートルです。モロッコはこの地理的条件から多様な気候と風土の恩恵を受けています。世界的に有名な観光名所として、イスラム教の有名なモスクが建つフェズとマラケシュ、古代遺跡のヴォルビリス、美しい自然のイフレンとウズウッド、砂漠のワルザザートとメルズーガ、青い海のアガディールとアルホセイマなどがあります。余暇を過ごす場所として、カサブランカとタンジールもあります。

モロッコ料理は種類が豊富です。代表的なものとして小麦粉から作るクスクス、煮込み料理のタジン、伝統的なお菓子では、カアブーガザル（クッキー）やシュバキア（かりんとう）があります。

南魚沼市に住んで感じたこと

国際大学に留学して1年程が経ちました。この街の自然美にすっかり魅了され、山を見ながら大学周辺や田畑を散歩する楽しさを知りました。食べ物では、天ぷらやお米のおいしさを覚えました。これからも南魚沼に暮らす人々と日本文化のすばらしさを、より一層発見できることを楽しみにしています。



モロッコ王国

- [公用語] アラビア語、ベルベル語
- [首都] ラバト
- [面積] 446,550 km² (56位)
- [人口] 32,520,000人 (38位)
- [GDP(PPP)] 1,367億ドル (51位)
- [通貨] モロッコ・ディルハム (MAD)

※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

平成28年度

市政懇談会のまとめ

【問合せ】秘書広報課 秘書広報班

☎7733-6658

平成28年度の市政懇談会は、4月19日(火)から6月28日(火)まで、市内16会場で開催し、383人のみなさんからご参加いただきました。

今年度は「南魚沼版CCRC構想」「第二次南魚沼市総合計画」「南魚沼市まち・ひと・しごと創生総合戦略」について、情報提供を行いました。

各会場でいただいた意見や質問の中から、いくつかをご紹介します。この他にいただいた質問や意見も、今後の市政に反映させていただきます。お忙しい中参加いただき、ありがとうございました。

南魚沼版CCRC構想（自立生活ができ、趣味・消費に意欲的な高齢者の移住）

Q 想定する移住者の年齢層は50代や60代だが、将来的に市が負担する医療費や介護費が増加するのではないか。

A 市で400人の移住が実現した場合、今後50年間の経済効果や医療・介護費用について推計した結

果、移住者が納める市民税収入累積額は11.2億円で、市が負担すべき医療・介護費用7.9億円を上回る推計となりました。また、国民健康保険や介護保険には「住所地特例制度」があります。対象となる施設に入所する移住者の保険料収入と医療・介護費負担を、移住前の自治体が負担する制度です。この場合、当市で金銭的な負担を考える必要がありません。市にとつてより有益な方法を見据えながら、この事業を進めていきます。

Q 何人くらいの移住者を計画しているのか。

A 段階的に200戸、400人を想定しています。第1期として来年度50戸、100人を実現する予定です。

Q テレビでは移住者が地域の協力を納めなかったために仲間はずれとなり、嫌になって都会に戻ったことを放送していた。市が前面に立つより、NPO法人などを活用して、移住者がうまく地域に溶け込めるよう進めていただきたい。

A 建物を造って売る・貸すなどを行う施設全体を運営する事業者のほかに、地域との関係を取り持つ組織を作らないと、この事業は困難であると考えています。ご指摘

にあるような形で進めたいと考えています。

Q 市民アンケートの結果で、「他市に移り住みたい」「どちらともいえない」が35%もいた。私は雪が原因だと思う。お試し居住程度では、雪国の厳しさがわからないのではないかと。市の財政を投資する中で、このことに懸念がある。

A 市民アンケートの分析から、気候よりも働きたい職場がないことが問題だと認識しています。道路除雪は心配なく、屋根除雪が必要な家も少なくなってきました。CCRCについては、雪が嫌いなという人は応募しないと考えます。

第二次南魚沼市総合計画・南魚沼市まち・ひと・しごと創生総合戦略

Q 若い人たちは結構いると思うが、なかなか結婚ができず歳を取っていくのが現状です。人口を増やし、産業も発展させ、みんなが仕事できるようにと言葉にするのは簡単だが、現実はどうするのか。

A グローバルITパークや、魚沼基幹病院を中心としたメディカルタウン構想も少しずつ進んでいます。経験や技術、学力を生かせるような付加価値のある産業を誘致したこと、市内で起業していただくこと

も大事だと考えています。国際大学とも連携しながら進めていきます。

若い人が定住しても結婚してもらい切り札がなかなかありません。出会いの場として、今年の雪まつりでは坂戸市との婚活パーティーを実施し、8組がカップルとなりました。結婚に至ったかどうかは、個人情報保護の観点から、調査を行っていません。湯沢町と協同した婚活パーティーなども企画しています。

保健・医療・福祉

Q ゆきぐに大和病院が縮小され、診療料が少なくなり不便を感じる。合併時は現状を維持する約束だったが、今後診療料を復活していく予定はあるのか。

A 健康の維持には、日常的な診療や健康管理をしてくれる、かかりつけ医を持つことが大切です。ゆきぐに大和病院では、診療料を増やす予定はありませんが、魚沼基幹病院では紹介状による診療だけでなく、例外的に1次診療も行っています。今後ゆきぐに大和病院をかかりつけ医として利用していただきたいと考えています。

教育・文化

Q 南魚沼市図書館について、雪に
関する本を多く収蔵するなど、方
向性を持つ図書館であって欲しい。
中長期的に特色を持たせるには、
職員を育てることから始める必要
があるのではないか。

A 特色のある図書館は、理想だと
思います。現在、トミオカホワイ
ト美術館は雪に関するもの、今泉
博物館はパプアニューギニアに関
するもの、池田記念美術館はス
ポーツに関するものなど、それぞ
れで特徴を持つ書籍を収蔵してい
ます。そのすべてを図書館へ集約
できないので、連携をすることで
特色を出していくことが必要だと
考えます。

環境共生

Q 新ごみ処理施設には、どれくら
いの応募があったのか。

A 湯沢町の谷後、当市の長表、雲
洞から正式な申込みがありました。
これから運搬経路や周辺環境への
影響も含め、この3地区の評価を
検討していきます。

産業振興

Q 今年の渇水対応について、市の
対策はどうなっているのか。

A 平成6年の農業用水の渇水時に
は、消雪パイプの水を緊急使用し
ました。しかし、本格的な水不足
の際は、国土交通省を中心とした
渇水対策協議会を設けた対応が必
要と考えます。それによって、上
流にあるカッサダム〔湯沢町大字
三俣〕からの放流が可能となりま
す。

清津川・魚野川の水問題は、決着
していないのが現状です。抜本的
な対策はダム建設ですが、実現は
難しく、何らかの方法を見出して
いくべきと考えています。

都市基盤

Q 空き家について、活用をお願
いしたい。

A 空き家の調査は、すべて終了し
ました。市内にある空き家は約4
00戸で、その内100戸は倒壊
などの危険があります。

今後は空き家バンクなど、国土交
通省が構築するシステムなどを利
用し、空き家の活用を積極的に
進めたいと考えています。

危険家屋についてはあくまで所有
者対応ですが、「空家等対策の推
進に関する特別措置法」に基づき、
行政代執行なども検討し、近隣住
民に影響がないようにしたいと考
えています。

行財政改革・市民参画

Q 熊本地震では市役所が機能せず
に、援助が遅れた自治体があった。
六日町の市街地は地盤が悪いが、
市役所の強度は大丈夫なのか。

A 六日町の庁舎完成は、新耐震基
準が適用となる1年前でしたが、

市民課の窓際などを補強するだけ
で大丈夫との診断が出ており、震
度7でも崩壊する危険はありません。
ただし、市役所の機能がどう損な
われるかは予測できないので、防
災訓練などで災害時の対応を積み
重ねていきます。

会場別参加人数

期 日	会 場	参加人数	昨年比増減
4月19日(火)	清水ふれあい会館	17人	△2人
4月21日(木)	栃窪小学校	11人	△7人
4月27日(水)	石打農業者トレーニングセンター	18人	△5人
4月28日(木)	塩沢公民館	29人	△3人
5月10日(火)	中之島農村環境改善センター	26人	△6人
5月17日(火)	上田農村環境改善センター	16人	△7人
5月19日(木)	辻又地域多目的センター	22人	3人
5月23日(月)	後山集落センター	26人	△6人
5月26日(木)	大崎農業会館	24人	△2人
5月30日(月)	雪国おくにじまん会館	32人	△2人
6月 1日(水)	藪神地域コミュニティセンターまほろば	21人	△14人
6月 2日(木)	東地域開発センター	35人	8人
6月20日(月)	南魚沼市図書館	24人	△35人
6月22日(水)	五十沢地域開発センター	27人	1人
6月24日(金)	城内地域開発センター	22人	△11人
6月28日(火)	大巻地域開発センター	33人	1人
合 計		383人	△87人

平成28年度 臨時福祉給付金と 年金生活者等支援臨時福祉給付 金を支給

【問合せ・申込み】

臨時福祉給付金事務局
(本庁舎南分館1階)

☎775-17555

所得の少ない人を支援するため、
2種類の給付金を支給します。
対象になると思われる人には、9
月上旬に申請書を送付します。

平成28年度 臨時福祉給付金

一昨年の消費税引き上げの影響を
緩和するため、所得の少ない人を対
象に、給付金を支給します。

支給要件(すべてに該当すること)

- ・基準日〔平成28年1月1日〕に南
魚沼市に住民登録がある(外国人
を含む)

・平成28年度の市・県民税の非課税
者(課税者の扶養になっっている人
は対象外)

※生活保護を受けている人と基準日
以降に亡くなった人は、対象外
給付額 1人につき3,000円

年金生活者等支援臨時福祉給付金 (障がい・遺族年金受給者向け)

国が進める「一億総活躍社会」の
実現に向け、賃金引き上げの恩恵が

及びにくく、所得の少ない障がい・
遺族年金受給者を対象に、給付金を
支給します。

支給要件(すべてに該当すること)

- ・「平成28年度臨時福祉給付金の受
給要件」のすべてに該当する人
- ・平成28年5月分(6月支給分)の
障がい基礎年金、遺族基礎年金な
どを受給した人

・今年の5月〜8月に年金生活者等
支援臨時福祉給付金(高齢者向
け)を受給していない

給付額 1人につき30,000円

共通事項

申請 申請書に必要な書類を添付して、
郵送または事務局か大和・塩沢市
民センターへご提出ください。

支給要件を満たしている場合は、
1枚の申請書で2つの給付金を申
請できます。

※提出前に、同封された記載例を参
照して押印や記載、添付漏れがな
いかなどをご確認ください

受付期間 9月12日(月)〜12月12日(月)

〔当日消印有効〕

※「対象者だと思いが、申請書が届
かない」など、ご不明な点はお問
い合わせください

9月1日は「防災の日」

【問合せ】総務課 防災庶務班

☎773-16660

災害に備えた事前準備を

「防災の日」は、防災関係機関や
国民が、台風、豪雨、豪雪、洪水、
高潮、地震、津波などへの認識を深
め、それらの災害に対する備えを充
実することで、災害の未然防止と被
害軽減を図る目的で定められていま
す。

災害は、いつどのような形で発生
するかわかりません。「自分の命は
自分で守る」ことを基本に、日ごろ
から災害への備えを心がけておくこ
とが大切です。

災害発生時や荒天などの際は、テ
レビやラジオなどから積極的に情報
収集を行いましょう。

市では、災害時の情報伝達的手段
として、緊急情報メールの配信やF
Mゆきぐにでの緊急放送を行います。
特に、「避難勧告」などに関する情
報にはご注意ください。

緊急情報メール配信

登録方法

- ① nangyo1@minami-u.jp に空メー
ルを送信(QRコードからも取得
可)

- ②登録通知メールが配信

③必要事項を登録

※あらかじめメールの設定で、ドメ
イン「@minami-u.jp」を受信で
きるようにしてから送信してく
ださい



QRコード

9月は高齢者見守り強化月間 〜広げよう 支え合い〜

【問合せ】福祉課 高齢福祉係

☎773-16667

9月は高齢者見守り強化月間です。
地域の高齢者をみんなで見守りま
しょう。

日ごとからできる見守りの活動

あいさつ

ご近所で声をかけ合いましょう。

気くばり

地域でさりげなく見守りましよう。

助け合い

普段と違うことがないか目配りを
しましょう。

9月10日は「下水道の日」

【問合せ】下水道課

☎774-12740

下水道に接続してください

下水道が整備されたら、速やかに接続しましょう。生活環境の改善や河川をきれいに保つためには、下水道への接続が必要です。

市で実施している下水道接続のための無利子融資制度もご活用ください。

※制度の利用には条件があります
(詳細は下水道課まで)

下水道を正しく使しましょう

固形物はながさない

下水道には、水に溶けない紙や固形物を流さないでください。



ポンプに詰まったタオル (写真中央)

処理場などで、家庭から流されたと思われるタオルやおむつがポンプを詰まらせる事故が多発しています。ポンプが停止すると汚水は流れず、マンホールや宅内ますから汚水があふれます。

グリーンストラップ(油脂分離装置)の適切な維持管理を

飲食店などでグリーンストラップの維持管理を怠り、油脂類が下水道に流入して閉塞する事故が多発しています。維持管理方法は、設置業者かメーカーにお問い合わせください。

- ・平成27年度末の南魚沼市の下水道普及率(下水道を利用可能な人口割合)・98.6%
- ・水洗化率(下水道に接続している人口割合)・88.1%

新潟県下水道公社(六日町浄化センター(五日町))からのお願い

処理場では、微生物の働きで汚水をきれいにしています。下水道に灯油や天ぷら油を流すと、微生物が弱り、処理能力が低下します。油などは、絶対に流さないでください。

平日に施設見学ができます。気軽にお申し込みください。
☎776-3617

古着・古布・不用食器・

廃天ぷら油の無料回収

【問合せ】廃棄物対策課

☎782-10339

資源の再利用とリサイクルにご協力ください。

古着・古布

回収品目 シャツ、下着、靴下、スーツ、セーター、着物など衣類全般。タオル、毛布、カーテンなど(一般家庭のものに限ります)

出し方 透明か半透明の袋に入れる
分別ポイント
・洗濯してあるものが対象(黄ばみ、シミは可)

・ジャケットなどは、クリーニング不要
・ボタンが取れたもの、穴が開いたものも可
※汚れや臭いのあるもの、濡れているものは対象外

不用食器

回収品目 陶磁器製・ガラス製・金属製・木製などの食器全般

出し方 紙に包まず、割れないように箱や袋に入れる
分別ポイント
・きれいなものが対象
・セットでなく単品でも可

※割れや欠けのあるもの、自作、ペット用などは対象外

古着・古布と不用食器回収場所と時間

塩沢・六日町地域

環境衛生センター

・古着古布…可燃ごみ処理施設
・不用食器…不燃ごみ処理施設
時間 午前9時～正午、午後1時～5時

※日曜日と祝日は午前のみ

大和地域 大和庁舎正面玄関

時間 午前9時～午後5時

・古着古布…月・金曜日
・不用食器…水曜日

※祝日などの閉庁日は回収不可

廃天ぷら油

回収する廃油 植物性の天ぷら油

※ラードなどの動物性食用油、機械油などの鉱物油、不純物が混じった食用油、事業所からの廃油は対象外

出し方 固形物を取り除き、冷ました後にペットボトルに入れ、ふたをきちんと閉める

回収場所 本庁舎、大和・塩沢庁舎、環境衛生センター

※回収ボックスに入れてください
日時 毎月第4木曜日の午前8時30分～午後5時

※祝日の場合はその前日

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

身近な健康JUNKO

36

【問合せ】保健課

☎773-6811

健康の維持・増進に欠かせない要素が、「運動」「栄養」「休養」です。日ごろの運動習慣が、健康を保つために大切です。

保健課では、世代や目的に応じた運動教室を開催しています。みなさんの身近な健康づくりにお役立てください。

Q 運動すると、健康にどんな効果があるの？・病気との関係は？

A 生活習慣病の発症には、栄養の偏りや運動不足など、さまざまな要因が関係します。運動を定期的に行うことで、生活習慣病の発症と、それが要因となって死亡する危険性を下げることができま

Q 最近耳にするロコモティブ

シンドロームって何？

A ロコモティブシンドロームとは、加齢によって骨や筋肉、関節が衰えて、運動能力やバランス能力が低下し、要介護状態となることや、その危険性が高い状態です。

Q 最近運動不足なので体を動かしたいけど、どんな運動がお勧めなの？

A 手軽な運動として、ウォーキングやラジオ・テレビ体操などがあります。

厚生労働省は「健康づくりのための身体活動基準2013」で、体を動かす時間を今よりも10分増やすこと（通称：プラス10）を勧めています。時間のない人は、まずは日常生活の中で今より10分多く体を動かすよう心がけましょう。

Q ウォーキングを始めたけれど、注意点は？

A 体調に合わせて行うことが大切です。無理をしては、長続きしません。また、熱中症予防のために、こまめな水分補給と適度に休憩をとることが大切です。日中、炎天下でのウォーキングは

お勧めできません。

持病のある人は、主治医に相談してから行いましょう。「自分は大丈夫」という過信は禁物です。

Q お勧めのウォーキングコースは？

A 新潟県健康ウォーキングロードがあります。新潟県ウォーキング協会と新潟県が選定した県内121コースで、市内に6コースが登録されています。身近なウォーキングコースとしてご利用ください。

新潟県健康ウォーキングロードは、「新潟県健康ウォーキングロード」でウェブ検索してください。

Q 運動の指導を受けたいけど、気軽に参加できる教室はあるの？

A 各地域の集会所や公民館などで開催している、筋力づくり教室などがあります。

Q 「レインボー健康体操」がいつても聞いたけど、どんな効果があるの？

A レインボー健康体操は、「いつでも・どこでも・誰でもやれる筋力づくり」をめざし、自分の手足を使っ

て筋肉を刺激し、筋力向上を図る運動です。体操プログラムの中に脳刺激体操もあり、脳も活性化されて認知症予防にもつながります。また、日常生活に必要な筋肉を鍛えるので、介護予防にも効果的です。

Q 自分一人だと運動を継続できません。地域で気軽に参加できる教室はあるの？

A 「運動はしたいけれど、何から始めてよいか分からない」「始めてみたけれど一人では続かない」という人も多いと思います。市で開催する筋力づくり教室などのほかに、各地域で自主運動サークルも活動しています。楽しみながら体を動かして、健康づくりとストレス解消を行っています。自主運動サークルの詳細は、保健課にお問い合わせください。

市で開催している筋力づくり教室

筋力づくり教室

筋力の改善・向上のための教室で、市で養成した筋力づくりサポーターが、レイン



ボー健康体操を指導します。市内106会場で開催しています。

スリムアップ教室

市民ふれあい講座のメニューで、40歳～60歳代の人を対象とした、音楽に合わせて楽しく体を動かす教室です。10人以上でお申し込みください。

健康ウォーキング教室

新潟県健康ウォーキングロードを歩いて、地域のよいところを発見しながら運動効果を実感する教室です。※各教室の詳細は、保健課にお問い合わせください

大和地域 市民バス時刻表 10月1日～

運行日：月～金曜日（祝日と12月29日～1月3日は運休）

浦佐・五箇コース (株)浦佐タクシー ☎777-3456

※ゆきぐに大和病院のバス停は正面玄関前です

停留所名	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便	9便	10便	11便
ゆきぐに大和病院	7:50	8:30	9:00	9:45	10:30	11:30	12:30	13:30	14:30	15:00	16:00
鈴懸前	7:52	8:32	9:02	9:47	10:32	11:32	12:32	13:32	14:32	15:02	16:02
新潟県信用組合	—	—	9:04	—	10:34	—	12:34	—	—	15:04	—
大和庁舎	—	—	9:06	—	10:36	—	12:36	—	—	15:06	—
浦佐交番前	7:54	8:34	9:08	9:49	10:38	11:34	12:38	13:34	14:34	15:08	16:04
浦佐屋	7:57	8:37	9:11	9:52	10:41	11:37	12:41	13:37	14:37	15:11	16:07
禎島屋	7:58	8:38	9:12	9:53	10:42	11:38	12:42	13:38	14:38	15:12	16:08
桐油屋	7:59	8:39	9:13	9:54	10:43	11:39	12:43	13:39	14:39	15:13	16:09
田町駅角	8:00	8:40	9:14	9:55	10:44	11:40	12:44	13:40	14:40	15:14	16:10
浦佐駅西口	8:01	8:41	9:15	9:56	10:45	11:41	12:45	13:41	14:41	15:15	16:11
北越銀行前	8:03	8:43	9:17	9:58	10:47	11:43	12:47	13:43	14:43	15:17	16:13
町屋	—	—	9:24	—	10:54	—	12:54	—	—	15:24	—
岩山	—	—	9:25	—	10:55	—	12:55	—	—	15:25	—
境川	—	—	9:27	—	10:57	—	12:57	—	—	15:27	—
清鱗前	8:05	8:45	9:32	10:00	11:02	11:45	13:02	13:45	14:45	15:32	16:15
天王町交差点	8:06	8:46	9:33	10:01	11:03	11:46	13:03	13:46	14:46	15:33	16:16
ゆきぐに大和病院	8:09	8:49	9:36	10:04	11:06	11:49	13:06	13:49	14:49	15:36	16:19

市民バスは、全コース一律200円で「誰でも利用できる」バスです。気軽にご利用ください。100円券11枚つづりの回数券を、市民バスの車内と各営業所で販売しています。道路状況により、時刻表とおりに到着できない場合があります。ご了承ください。

大崎コース 南越後観光バス(株) ☎025-792-8114

停留所名	1便	2便	3便	4便	5便
ゆきぐに大和病院	8:20	11:00	12:30	14:15	15:45
鈴懸前	8:21	11:01	12:31	14:16	15:46
国際情報高校入口	8:23	11:03	12:33	14:18	15:48
浦佐八色	8:25	11:05	12:35	14:20	15:50
八色原センター	8:28	11:08	12:38	14:23	15:53
穴地新田	8:31	11:11	12:41	14:26	15:56
穴地	8:32	11:12	12:42	14:27	15:57
細越峠下	8:34	11:14	12:44	14:29	15:59
八海山入口	8:34	11:14	12:44	14:29	15:59
柳古新田入口	8:35	11:15	12:45	14:30	16:00
大崎小学校前	8:35	11:15	12:45	14:30	16:00
水尾	8:37	11:17	12:47	14:32	16:02
水尾上新田	8:38	11:18	12:48	14:33	16:03
麓・かごや商店	8:39	11:19	12:49	14:34	16:04
小杉床屋	8:41	11:21	12:51	14:36	16:06
今町新田	8:43	11:23	12:53	14:38	16:08
柳古新田	8:44	11:24	12:54	14:39	16:09
カトレアハイツ前	8:46	11:26	12:56	14:41	16:11
海士ヶ島	8:47	11:27	12:57	14:42	16:12
えび島集落センター	8:48	11:28	12:58	14:43	16:13
国際情報高校入口	8:49	11:29	12:59	14:44	16:14
鈴懸前	8:51	11:31	13:01	14:46	16:16
ゆきぐに大和病院	8:52	11:32	13:02	14:47	16:17

赤石コース やまとタクシー(株) ☎777-3141

停留所名	1便	2便	3便	4便
ゆきぐに大和病院	8:50	10:50	13:20	15:30
茗荷沢新田	8:54	10:54	13:24	15:34
JA東支店	8:55	10:55	13:25	15:35
黒岩商店	8:56	10:56	13:26	15:36
荒金	8:59	10:59	13:29	15:39
堂島	9:00	11:00	13:30	15:40
島入口	9:01	11:01	13:31	15:41
桐沢センター	9:02	11:02	13:32	15:42
荒山センター	9:03	11:03	13:33	15:43
せせらぎ	9:13	11:13	13:43	15:53
大倉下口	9:15	11:15	13:45	15:55
船ヶ沢新田	9:17	11:17	13:47	15:57
黒土	9:18	11:18	13:48	15:58
黒土新田・戸田スター	9:19	11:19	13:49	15:59
ゆきぐに大和病院	9:25	11:25	13:55	16:05

後山・辻又コース

(予約先/株)浦佐タクシー ☎777-3456

※2便のみ予約が必要です。受付は乗車の1週間～前日です

停留所名	1便	※2便	停留所名	3便	4便
辻又	8:30	12:20	ゆきぐに大和病院	13:00	16:00
後山下	8:40	12:30	浦佐駅西口	13:05	16:05
後山中	8:41	12:31	一村尾担い手センター	13:10	16:10
後山上	8:42	12:32	後山上	13:18	16:18
一村尾担い手センター	8:50	12:40	後山中	13:19	16:19
浦佐駅西口	8:55	12:45	後山下	13:20	16:20
ゆきぐに大和病院	9:00	12:50	辻又	13:30	16:30

菽教コース やまとタクシー(株) ☎777-3141

停留所名	1便	2便	3便	4便	5便
ゆきぐに大和病院	8:00	10:00	12:30	14:20	16:20
浦佐交番前	8:03	10:03	12:33	14:23	16:23
市野江	8:06	10:06	12:36	14:26	16:26
さとこ美容室下十字路口	8:08	10:08	12:38	14:28	16:28
中小路消防小屋前	8:09	10:09	12:39	14:29	16:29
担い手センター上十字路口	8:10	10:10	12:40	14:30	16:30
JA菽教支店	8:12	10:12	12:42	14:32	16:32
まほろば入口T字路	8:13	10:13	12:43	14:33	16:33
名木沢センター	8:16	10:16	12:46	14:36	16:36
猫道入口	8:18	10:18	12:48	14:38	16:38
城山センター	8:19	10:19	12:49	14:39	16:39
今町センター	8:22	10:22	12:52	14:42	16:42
今町	8:23	10:23	12:53	14:43	16:43
猫道火の見	8:24	10:24	12:54	14:44	16:44
米山美容室	8:25	10:25	12:55	14:45	16:45
九日町神社	8:26	10:26	12:56	14:46	16:46
久田	8:28	10:28	12:58	14:48	16:48
芹田集会所	8:29	10:29	12:59	14:49	16:49
新潟県信用組合	8:32	10:32	13:02	14:52	16:52
ゆきぐに大和病院	8:36	10:36	13:06	14:56	16:56

三用コース 小千谷観光バス(株)浦佐営業所 ☎777-5588

停留所名	1便	2便	3便	4便	5便
浦佐駅西口	8:00	9:00	12:20	13:20	15:20
浦佐福祉の家	8:02	9:02	12:22	13:22	15:22
新潟県信用組合	8:06	9:06	12:26	13:26	15:26
浦佐大橋東詰	8:07	9:07	12:27	13:27	15:27
鈴懸前	8:08	9:08	12:28	13:28	15:28
ゆきぐに大和病院	8:10	9:10	12:30	13:30	15:30
山崎新田火の見	8:16	9:16	12:36	13:36	15:36
山崎消防小屋	8:18	9:18	12:38	13:38	15:38
谷地集落センター	8:20	9:20	12:40	13:40	15:40
高田	8:21	9:21	12:41	13:41	15:41
門前集落センター下	8:22	9:22	12:42	13:42	15:42
うるおいの里みよう前	8:24	9:24	12:44	13:44	15:44
芋赤集落センター	8:26	9:26	12:46	13:46	15:46
湯谷	8:27	9:27	12:47	13:47	15:47
雷土生活改善センター	8:28	9:28	12:48	13:48	15:48
雷土新田活性化センター	8:29	9:29	12:49	13:49	15:49
ゆきぐに大和病院	8:40	9:40	13:00	14:00	16:00
鈴懸前	8:42	9:42	13:02	14:02	16:02
浦佐大橋東詰	8:43	9:43	13:03	14:03	16:03
新潟県信用組合	8:44	9:44	13:04	14:04	16:04
浦佐福祉の家	8:48	9:48	13:08	14:08	16:08
浦佐駅西口	8:50	9:50	13:10	14:10	16:10

停留所名	1便	※2便	停留所名	3便	4便
辻又	9:00	12:00	ゆきぐに大和病院	13:06	16:06
後山下	9:15	12:15	浦佐駅西口	13:12	16:12
後山中	9:17	12:17	一村尾担い手センター	13:18	16:18
後山上	9:19	12:19	後山上	13:31	16:31
一村尾担い手センター	9:28	12:28	後山中	13:33	16:33
浦佐駅西口	9:34	12:34	後山下	13:35	16:35
ゆきぐに大和病院	9:40	12:40	辻又	13:50	16:50

五十沢・大月コース

南越後観光バス(株) ☎773-2573

停留所名	1便	3便
土沢入口	9:10	13:15
小川集落センター	9:12	13:17
小川入口	9:13	13:18
畔地	9:14	13:19
畔地新田	9:15	13:20
蛭窪	9:16	13:21
永松集落センター	9:18	13:23
永松・松島屋商店	9:19	13:24
京岡新田ふれあいセンター	9:21	13:26
京岡集会所	9:23	13:28
宮・さかいや	9:25	13:30
深沢ふれあいセンター	9:28	13:33
宮・小沢歯科医院	9:29	13:34
下新田入口	9:30	13:35
吉田消防小屋	9:31	13:36
中川T字路	9:33	13:38
金城集会所	9:37	13:42
中川新田	9:39	13:44
山谷ふれあいセンター	9:41	13:46
下大月集落センター	9:46	13:51
上大月十字路	9:48	13:53
市有東泉田住宅	9:51	13:56
東泉田集落センター	9:52	13:57
めぐみ野保育園前	9:53	13:58
上町三叉路	9:55	14:00
小学校入口	9:56	14:01
温泉入口	9:57	14:02
六日町駅角	9:58	14:03
南魚沼市役所	10:01	14:06
南魚沼市民会館	10:03	14:08
南魚沼市民病院	10:06	14:11
コメリ・原信	10:07	14:12
福祉センターしらゆり	10:10	14:15

停留所名	2便	4便
福祉センターしらゆり	12:00	14:30
コメリ・原信	12:02	14:32
南魚沼市民病院	12:04	14:34
南魚沼市民会館	12:07	14:37
南魚沼市役所	12:09	14:39
六日町駅角	12:12	14:42
温泉入口	12:13	14:43
小学校入口	12:14	14:44
上町三叉路	12:15	14:45
めぐみ野保育園前	12:17	14:47
東泉田集落センター	12:18	14:48
市有東泉田住宅	12:19	14:49
上大月十字路	12:22	14:52
下大月集落センター	12:24	14:54
山谷ふれあいセンター	12:29	14:59
中川新田	12:31	15:01
金城集会所	12:33	15:03
中川T字路	12:37	15:07
吉田消防小屋	12:39	15:09
下新田入口	12:40	15:10
宮・小沢歯科医院	12:41	15:11
深沢ふれあいセンター	12:42	15:12
宮・さかいや	12:45	15:15
京岡集会所	12:47	15:17
京岡新田ふれあいセンター	12:49	15:19
永松・松島屋商店	12:51	15:21
永松集落センター	12:52	15:22
蛭窪	12:54	15:24
畔地新田	12:55	15:25
畔地	12:56	15:26
小川入口	12:57	15:27
小川集落センター	12:58	15:28
土沢入口	13:00	15:30

城内コース

南越後観光バス(株) ☎773-2573

停留所名	1便	3便
南魚沼市役所	9:30	13:20
坂戸橋東詰	9:35	13:25
銭淵公園入口	—	13:25
ふれ愛支援センター	9:37	—
二日町	9:40	13:30
八木	9:41	13:31
新堀新田	9:43	13:33
新堀集落センター入口	9:45	13:35
田崎十字路	9:46	13:36
稲穂ヶ丘団地入口	9:47	13:37
法音寺	9:48	13:38
藤原公民館	9:49	13:39
妙音寺集落開発センター	9:50	13:40
岡集落センター	9:52	13:42
上薬師堂	9:53	13:43
上出浦橋	9:54	13:44
下出浦集落開発センター	9:55	13:45
下薬師堂集会所	9:56	13:46
野際・若宮様	9:57	13:47
池田原集落センター	9:59	13:49
魚沼荘	10:02	13:52
城内郵便局	10:03	13:53
城内診療所	10:06	13:56
新堀新田	10:07	13:57
八木	10:09	13:59
二日町	10:10	14:00
銭淵公園入口	10:13	14:03
坂戸橋東詰	10:15	14:05
温泉入口	10:16	14:06
六日町駅角	10:17	14:07
南魚沼市役所	10:20	14:10
南魚沼市民会館	10:22	14:12
南魚沼市民病院	10:25	14:15
コメリ・原信	10:26	14:16
福祉センターしらゆり	10:30	14:20

停留所名	2便	5便
福祉センターしらゆり	11:50	15:15
コメリ・原信	11:52	15:17
南魚沼市民病院	11:54	15:19
南魚沼市民会館	11:58	15:23
南魚沼市役所	12:00	15:25
六日町駅角	12:03	15:28
温泉入口	12:04	15:29
坂戸橋東詰	12:05	15:30
銭淵公園入口	12:05	15:30
ふれ愛支援センター	—	—
二日町	12:10	15:35
八木	12:11	15:36
新堀新田	12:13	15:38
新堀集落センター入口	12:15	15:40
田崎十字路	12:16	15:41
稲穂ヶ丘団地入口	12:17	15:42
法音寺	12:18	15:43
藤原公民館	12:19	15:44
妙音寺集落開発センター	12:20	15:45
岡集落センター	12:22	15:47
上薬師堂	12:23	15:48
上出浦橋	12:24	15:49
下出浦集落開発センター	12:25	15:50
下薬師堂集会所	12:26	15:51
野際・若宮様	12:27	15:52
池田原集落センター	12:29	15:54
魚沼荘	12:32	15:57
城内郵便局	12:33	15:58
城内診療所	12:36	16:01
新堀新田	12:37	16:02
八木	12:39	16:04
二日町	12:40	16:05
銭淵公園入口	12:43	16:08
坂戸橋東詰	12:45	16:10
南魚沼市役所	12:50	16:15

大巻・泉コース

銀嶺タクシー(株) ☎772-2440

停留所名	1便	3便
泉新田・保育園バス停	8:45	13:30
泉下口	8:46	13:31
下原新田公民館	8:48	13:33
長森新田・八海農園	8:51	13:36
長森集落センター	8:54	13:39
麓ふれあいセンター	8:56	13:41
八海通り	8:58	13:43
五日町駅角	9:00	13:45
五日町・いろは亭	9:01	13:46
欠之下集落開発センター	9:02	13:47
五日町小学校前	9:05	13:50
押出下	9:06	13:51
押出上	9:07	13:52
奥・今成クリーニング	9:08	13:53
青木新田集落開発センター	9:09	13:54
宇津野・ヒロオートサービス	9:10	13:55
庄之又	9:15	14:00
上ノ原公園入口	9:25	14:10
余川三叉路	9:31	14:16
小栗山2区集会所	9:33	14:18
福祉センターしらゆり	9:34	14:19
小栗山公民館	9:35	14:20
小栗山4区集会所入口	9:36	14:21
小栗山5区集会所入口	9:37	14:22
福祉センターしらゆり	9:40	14:25
コメリ・原信	9:42	14:27
南魚沼市民病院	9:44	14:29
南魚沼市民会館	9:48	14:33
南魚沼市役所	9:51	14:36
六日町駅角	9:53	14:38
銀嶺タクシー前	9:54	14:39

停留所名	2便	4便
銀嶺タクシー前	12:10	15:30
六日町駅角	12:11	15:31
南魚沼市役所	12:13	15:33
南魚沼市民会館	12:16	15:36
南魚沼市民病院	12:20	15:40
コメリ・原信	12:22	15:42
福祉センターしらゆり	12:24	15:44
小栗山5区集会所入口	12:27	15:47
小栗山4区集会所入口	12:28	15:48
小栗山公民館	12:29	15:49
小栗山2区集会所	12:30	15:50
余川三叉路	12:32	15:52
上ノ原公園入口	12:38	15:58
庄之又	12:48	16:08
宇津野・ヒロオートサービス	12:53	16:13
青木新田集落開発センター	12:54	16:14
奥・今成クリーニング	12:55	16:15
押出上	12:56	16:16
押出下	12:57	16:17
五日町小学校前	12:58	16:18
欠之下集落開発センター	13:01	16:21
五日町・いろは亭	13:02	16:22
五日町駅角	13:03	16:23
八海通り	13:05	16:25
麓ふれあいセンター	13:07	16:27
長森集落センター	13:09	16:29
長森新田・八海農園	13:12	16:32
下原新田公民館	13:15	16:35
泉下口	13:17	16:37
泉新田・保育園バス停	13:18	16:38

城内コース*

停留所名	4便
ふれ愛支援センター	15:00
坂戸橋東詰	15:02
南魚沼市役所	15:07

*南魚沼市役所止

塩沢地域 市民バス時刻表

10月1日～

運行日：月～金曜日（祝日と12月29日～1月3日は運休）

上田・泉田コース

銀嶺タクシー(株) ☎772-2440

停留所名	1便	3便
沢口バス停	9:00	13:14
まきはたの里	9:06	13:17
小松沢十字路	9:17	13:20
滝谷村中	9:19	13:22
貝瀬材木自宅前	9:20	13:23
一之沢	9:25	13:28
新明建設	9:27	13:30
沢口バス停	9:29	13:32
上神字(上姥沢入口)	9:30	13:33
姥台公民館	9:32	13:35
台上入口	9:33	13:36
高棚登口	9:34	13:37
横新田	9:36	13:39
芝野入口(かどや前)	9:37	13:40
広道(佐藤鉄筋前)	9:39	13:42
阿部電機商会	9:40	13:43
掛之下公民館	9:41	13:44
槻岡寺入口	9:42	13:45
枝吉集会所	9:44	13:47
横道	9:47	13:50
雲洞公民館	9:48	13:51
長表公民館	9:52	13:55
金城の里	9:55	13:58
西泉田公民館	10:00	14:03
藤島眼科医院	10:04	14:07
銀嶺タクシー前	10:05	14:08
六日町駅角	10:06	14:09
南魚沼市役所	10:09	14:12
南魚沼市民病院	10:15	14:18
コメリ・原信	10:17	14:20
福祉センターしらゆり	10:19	14:22

停留所名	2便	4便
福祉センターしらゆり	12:05	15:25
コメリ・原信	12:07	15:27
南魚沼市民病院	12:09	15:29
南魚沼市役所	12:15	15:35
六日町駅角	12:18	15:38
銀嶺タクシー前	12:19	15:39
藤島眼科医院	12:20	15:40
西泉田公民館	12:24	15:44
金城の里	12:29	15:49
長表公民館	12:32	15:52
雲洞公民館	12:36	15:56
横道	12:37	15:57
枝吉集会所	12:40	16:00
槻岡寺入口	12:42	16:02
掛之下公民館	12:43	16:03
阿部電機商会	12:44	16:04
広道(佐藤鉄筋前)	12:45	16:05
芝野入口(かどや前)	12:47	16:07
横新田	12:48	16:08
高棚登口	12:50	16:10
台上入口	12:51	16:11
姥台公民館	12:52	16:12
上神字(上姥沢入口)	12:54	16:14
沢口バス停	12:55	16:15
新明建設	12:57	16:17
一之沢	12:59	16:19
貝瀬材木自宅前	13:04	16:24
滝谷村中	13:05	16:25
小松沢十字路	13:07	16:27
まきはたの里	13:10	16:30
沢口バス停	13:13	16:33

石打・竹俣コース

(株)魚沼中央トランスポート ☎783-6111

停留所名	1便	3便
五十嵐	9:00	13:30
はりまや石打店	9:03	13:33
石打・丸仁	9:06	13:36
上野	9:08	13:38
大丸屋隣	9:11	13:41
今田屋米店	9:12	13:42
上一日市	9:14	13:44
宮野下公民館	9:16	13:46
大御堂公民館	9:19	13:49
下一日市・法授寺入口	9:21	13:51
道の駅ゆきあかり診療所	9:24	13:54
君沢公民館入口	9:27	13:57
大窪	9:29	13:59
下東ノ木十字路	9:30	14:00
砂押公民館	9:31	14:01
大沢駅前	9:34	14:04
南田中	9:38	14:08
上越国際スキー場前	9:40	14:10
清長寺集会所	9:42	14:12
早稲田屋酒店	9:43	14:13
泉盛寺	9:45	14:15
塩沢庁舎	9:49	14:19
塩沢郵便局	9:50	14:20
六分区	9:50	14:20
竹俣新田	9:52	14:22
南魚沼市民病院	9:59	14:29
コメリ・原信	10:00	14:30
福祉センターしらゆり	10:02	14:32
南魚沼市役所	10:06	14:36

停留所名	2便	4便
南魚沼市役所	12:15	15:15
福祉センターしらゆり	12:19	15:19
コメリ・原信	12:21	15:21
南魚沼市民病院	12:22	15:22
竹俣新田	12:29	15:29
六分区	12:29	15:29
塩沢郵便局	12:31	15:31
塩沢庁舎	12:32	15:32
泉盛寺	12:36	15:36
早稲田屋酒店	12:38	15:38
清長寺集会所	12:39	15:39
上越国際スキー場前	12:41	15:41
南田中	12:43	15:43
大沢駅前	12:47	15:47
砂押公民館	12:50	15:50
下東ノ木十字路	12:51	15:51
大窪	12:52	15:52
君沢公民館入口	12:54	15:54
道の駅ゆきあかり診療所	12:57	15:57
下一日市・法授寺入口	13:00	16:00
大御堂公民館	13:02	16:02
宮野下公民館	13:05	16:05
上一日市	13:07	16:07
今田屋米店	13:09	16:09
大丸屋隣	13:10	16:10
上野	13:13	16:13
石打・丸仁	13:15	16:15
はりまや石打店	13:18	16:18
五十嵐	13:21	16:21

栃窪・岩之下コース

(予約先)マルカタクシー(資) ☎782-1155)

※事前に予約があった日のみの運行です。受付は乗車の1週間～当日の1時間前です

六日町方面に行く場合は、石打・竹俣コースに乗り換えてください

停留所名	1便	2便	停留所名	3便	4便
栃窪センター	9:10	13:40	塩沢庁舎	12:40	15:40
栃窪中	9:11	13:41	岩之下センター	13:00	16:00
栃窪下	9:12	13:42	栃窪下	13:03	16:03
岩之下センター	9:15	13:45	栃窪中	13:04	16:04
塩沢庁舎	9:35	14:05	栃窪センター	13:05	16:05

中之島・吉里コース

(株)魚沼中央トランスポート ☎783-6111

停留所名	1便	3便
柄沢・来泉寺	9:00	13:30
原集落開発センター	9:03	13:33
前田原	9:05	13:35
中之島診療所	9:07	13:37
丸池新田	9:09	13:39
論丸公民館	9:10	13:40
坪池集落開発センター	9:14	13:44
五郎丸消防小屋	9:16	13:46
中子公民館	9:19	13:49
古川・牧之庵	9:21	13:51
小杉	9:24	13:54
八竜神社	9:26	13:56
小木六公民館	9:29	13:59
大里公民館	9:31	14:01
上十日町	9:33	14:03
塩沢商工入口	9:35	14:05
塩沢庁舎	9:37	14:07
塩沢郵便局	9:39	14:09
六分区	9:39	14:09
吉里集落開発センター	9:42	14:12
市営吉里団地入口	9:44	14:14
思川・天昌寺入口	9:46	14:16
南魚沼市民病院	9:49	14:19
コメリ・原信	9:50	14:20
福祉センターしらゆり	9:52	14:22
南魚沼市役所	9:56	14:26

停留所名	2便	4便
南魚沼市役所	12:30	15:30
福祉センターしらゆり	12:34	15:34
コメリ・原信	12:36	15:36
南魚沼市民病院	12:37	15:37
思川・天昌寺入口	12:40	15:40
市営吉里団地入口	12:42	15:42
吉里集落開発センター	12:44	15:44
六分区	12:44	15:44
塩沢郵便局	12:47	15:47
塩沢庁舎	12:49	15:49
塩沢商工入口	12:51	15:51
上十日町	12:53	15:53
大里公民館	12:55	15:55
小木六公民館	12:57	15:57
八竜神社	13:00	16:00
小杉	13:02	16:02
古川・牧之庵	13:05	16:05
中子公民館	13:07	16:07
五郎丸消防小屋	13:10	16:10
坪池集落開発センター	13:12	16:12
論丸公民館	13:16	16:16
丸池新田	13:17	16:17
中之島診療所	13:19	16:19
前田原	13:21	16:21
原集落開発センター	13:23	16:23
柄沢・来泉寺	13:26	16:26

大巻地区地域づくり協議会 ☎776-2032

7月21日(木)、大巻地区健康推進員の協力を得て、大巻地区地域づくり協議会と保健課の共催で、南魚沼市民病院の宮永医師を招いて「うつ病の理解と対応」「心の健康に影響する生活習慣」の講演会を開催しました。56人が参加し、「うつ」に関する理解を深めました。



中之島地区まちづくり協議会 ☎782-1997

「郷土の歴史と文化学習会（全2回）」の開催

7月21日(木)、郷土の歴史と文化を語る会の田村慶一さんを講師に招き、「昔、通達されたいろいろな規制について」をテーマに、第1回目を開催しました。参加した15人は、江戸時代の年貢の徴収について興味深く学びました。2回目は10月14日(金)、「古文書に書かれたいろいろなできごと」をテーマに開催します。



塩沢地区まちづくり協議会 ☎782-0973

7月17日(日)、栃窪地区で田んぼのあぜ草を刈り込み文字や絵を描く、「第9回棚田草刈りアート日本選手権大会」が開催されました。小学生から大人まで、市内外の21チーム67人が参加し、棚田の広いあぜを生かした草刈アートを制作しました。このアートを見ようと多くの方が訪れていました。



主役は地域のみなさん!

地域づくり協議会の「どうぐみ」「できごと」紹介

【問合せ】
地方創生推進室
☎773-6659

災害に備えて

【問合せ】総務課 防災庶務班
☎773-6660

一日前プロジェクト

役に立った保存水と意外に使えた発煙筒

平成20年岩手・宮城内陸地震（栗原市 災害当時60代 男性）

前の宮城県沖地震*当時、仙台の方に住んでいて、やっぱり水で苦労したものだから、10年だかもつっていうペットボトルの水6本入りを買っていたんですよ。ここに移住する時に、「山の中でわき水も豊富だから、もう使わないだろう」と思いながらも倉庫に入れておいたら、それが今回うんと役に立ったわけです。

それからこういう災害の時に割と持っていて便利なものは、発煙筒です。何に使うかという、発煙筒2本ぐらいで、枯れ木にはすぐに火がつくんですよ。だから暖をとることも、煮たり焼いたりすることもできます。発煙筒って、どの車にもひとつはついてますよね。以前は修理工場に行くと車検の時に交換した発煙筒がいっぱいあったんです。私は、そういうのを100本ぐらいもらってきて、山岳会の人たちに「何かあった時のために、5本ぐらいずつリュックに入れて歩きなさい」って、あげていました。それを思い出して使ったわけですが、思わぬところで意外なものが役に立ったなという感じです。

*昭和53年（1978年）6月12日に、仙台市を襲ったマグニチュード7.4（震度5）の地震で、死者16人、重軽傷者10,119人、住家の全半壊が4,385戸、部分壊が86,010戸という多大な被害が生じました



シリーズ⑰

TDK 富山電気株式会社

Try Dream-Keeping

[建設業]

〒949-6775 南魚沼市宮464番地1

☎ 774-2316 FAX 774-2993

メール：info@toyamadenki.co.jp



こんな会社です

当社は、今年で創業55周年を迎えました。創業以来一貫して、社会生活になくてはならない電気に関わる事業を行ってきました。「お客さんに真心で尽くす」ことを第一に、お客さんからの依頼にはできる限り対応するよう心がけてきました。これからも電気設備工事などを通じて、市民のみなさんの快適な住環境づくりのために、着実な歩みを進めていきたいと考えています。

人事担当者から一言

建設業は、社会資本の整備という大切な役割を担っています。それにもかかわらず、業界のイメージがあまりよくないことに心を痛めています。そのような状況にありますが、当社では、新卒の社員に有給で1年間職業訓練校に通学してもらい、電気工事の資格を取ってもらう取組みなどを行い、社員の定着率が90%となっています。技術・知識・経験・資格など、学校を卒業して就職してからが本当の勉強です。向上心を持つみなさんの入社をお待ちしています。



施工事例



レクリエーションの様子

イチ押し社員を紹介 ～内田悠童さんゆうどう〔所属：工事係〕～

Q この会社で働いてみてどうですか？

A 高校生の夏休みに工務店でアルバイトをしたつながりから、当社に入社しました。現在、入社4年目で、住宅設備を担当しています。早出や残業があり大変な面もありますが、入社当初と比較すると自分が成長していることが少しずつわかるようになり、やりがいも感じられるようになりました。私の上司は、技術、仕事の采配、人柄など、すべての面において尊敬できる人で、日々の業務から多くのことを学んでいきたいと考えています。



内田悠童さん

新人さんの紹介 ～佐藤滯さんれい（塩沢商工高等学校 機械科出身）～

Q この会社で働いてみてどうですか？

A 昨年の4月に入社しました。現在、工事係で工場のラインで使用する機械配線の確認をしています。1年目は職業訓練校で学び、第2種電気工事士の資格を取得し、今年から現場に配属となりました。失敗をして注意を受けることもありますが、その後どのように対応するか、細かな指導を受けています。自分が担当した配線に電気を通したときに、正常に機械が動くのを見た瞬間や、地元の祭りや地域の人と接しながら仕事をする時に、やりがいを感じています。



佐藤滯さん



みんなの図書館

【申込み・問合せ】南魚沼市図書館

☎ 773-6677

9月の開館日時

南魚沼市	月～金 9:30～20:00 (土日祝 19:00まで) 休館：1日(木)、15日(木) (図書整理日)
大和	☎ 777-4671 月～金 9:00～19:00 休館：月曜日 (祝日の場合は翌日)
塩沢	☎ 782-0100 9:00～20:00 (月・土・日・祝日は17:00まで)

テーマ展示

健康習慣をつくらう

9月は健康増進普及月間です。保健課との共同企画で、本の展示とパンフレット配布を行います。体を動かす時間を今よりも10分増やす「プラス10」や「プラス1皿の野菜」「禁煙する」など、健康増進に努めましょう。
保健師・栄養士による健康相談会
気軽に相談ください。

日時 9月20日(火)

午後2時～3時

会場 図書館ボランティア室

9月12日は「宇宙の日」

9月12日は、毛利衛さんが宇宙飛行士としてスペースシャトルで初めて宇宙へ旅立った日です。
宇宙の不思議を知るための本や宇宙船などから撮影された写真集、天体観測の本、宇宙飛行士の体験記など、子どもから大人向けまで展示します。

読書のすすめ(敬老の日)

(公社)読書推進運動協議会では「心ゆたかに生涯読書」を目標に、中・高年世代に楽しんでもらえる本を毎年選定しています。その中から、お勧めの本を紹介いたします。

動物愛護週間

9月20日～26日は、動物愛護週間です。ペットの育て方や動物図鑑などを展示します。そのほかに、動物が登場する子ども向けの本や絵本も展示します。

夏目漱石没後100年

今年夏目漱石没後100年です。そして来年は生誕150年となります。夏目漱石をしのび、作品を展示します。「吾輩は猫である」「坊ちゃん」「こころ」など多くの有名な作品と、数々の名言を残した文豪の作品に触れてください。

そのほかの展示

「BOOKMARK 04『えつ、英語圏の本が1冊もない!』」「真田幸村とその時代」「大橋鎮子(NHK朝ドラ主人公のモデル)」

小・中学校図書委員会 おすすめの本コーナー⑤

市内の小・中学校の図書委員会が選んだお勧め本を、3冊ずつ展示します。9月は後山・六日町・石打小学校、六日町中学校の4校です。
※10月に、最後の4校を展示します

期間 9月1日(木)～30日(金)
展示場所 西側の書棚上

おはなしのじかん

7月から始まった図書館司書による読み聞かせライブ。手遊びなども行っています。内容は当日のお楽しみです。

日時 9月10日(土)

午前11時～11時30分

会場 図書館多目的室

対象 幼児・小学生・保護者
ほか

9月の読書のつどい

どろぶつ(のせかい)

日時 9月17日(土)
午後2時～3時30分

会場 図書館多目的室

テーマ 「どろぶつ」

内容 パネルシアター「オオカミと七ひきのこだぬき」・本の紹介など

出演 ふうせんの会

対象 幼児・小学生・保護者
ほか、どなたでも(申込み不要)

絵本のへや

絵本のへやでは、乳幼児向けの楽しい絵本を毎回用意して、読み聞かせを行います。

期日 毎週水曜日

午前10時30分～11時30分

会場 図書館多目的室

対象 0歳～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

巡回図書をご利用ください

8月18日(木)に大和図書室の200冊を入れ替えました。次回、塩沢図書室は9月15日(木)を予定しています。

乳幼児親子おはなしの会 「えほんであそぼ」

お絵かき絵本をつくらう!

こどものお絵かきを1冊の本にして、記念に残るオリジナルの絵本を作ります。

日時 9月23日(金)

午前10時～11時30分

会場 大和公民館

内容 手袋人形・ペーパート(紙人形劇)「まんまるちゃん」・絵本・パネルシアター・手遊び・歌・工作など

対象 0～3歳児と保護者
参加費 無料(予約不要)





池田記念美術館

開館9:00～17:00 (入館終了16:30)

9月の休館：毎週水曜日、2日(金)

☎780-4080 FAX 777-3815 URL <http://www.ikedart.jp>

¥一般500円/高校生以下(無料)

キルト浪漫 菊池登美子作品展

期 間 9月3日(土)～10月11日(火)

キルト雑誌のコンテストで数々の賞を受賞した、小千谷市在住の菊池登美子さんの作品展。

ワークショップ「ピンクッションの制作」

日 時 9月18日(日)、22日(木・祝)、10月2日(日)、8日(土) 9:30～16:30 (制作時間：約3時間)

定 員 各20人(当日先着順)

参加費 500円

※裁縫道具をご持参ください

会期中、土・日曜日に菊池登美子さんのギャラリートークを開催します

今泉記念館アートステーション

開館9:00～17:00 (入館終了16:30まで)

9月の休館：7日(水)

☎783-4500 FAX 783-3388

URL <http://www.michinoeki-minamiuonuma.jp/imaizumi-kinenkan>

¥一般500円/小中高250円

常設展 ～彫る 摺る 画く～「棟方志功の世界」

企画展 期 間 11月6日(日)まで

「ピカソ展 知られざる最高傑作」

ピカソガイドツアー [4日間限定、特典あり]

日 時 9月3日(土)、4日(日)、17日(土)、18日(日)

①11:00～11:30、②14:00～14:30

定 員 各20人(当日先着順)

費 用 一般700円、小中高300円(入館料を含む)

「点と線の描写力」

鈴木牧之記念館

開館9:00～16:30

9月の休館：6日(火)、13日(火)

☎・FAX 782-9860

¥一般500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

11月28日(月)まで市民は無料 [10月8日(土)～16日(日)を除く]

企画展 版画と写真展

期 間 9月14日(水)～11月28日(月)

[10月8日(土)～16日(日)は、写真展を休みます]

旧塩沢町出身の版画家片桐昌成さんと、フォトデザイナー桑原健さんの2人展。

ミニ企画展 秋山郷を訪ねて

期 間 9月12日(月)まで

南魚沼市民会館

開館8:30～17:15

9月の休館：5日(月)、12日(月)、20日(火)、26日(月)

☎773-5500 FAX 772-8161

URL <http://www.6bun.jp/kaikan/>

鼓童 ワン・アース・ツアー2016 螺旋

日 時 11月30日(水) 19:00～(開場18:30)

会 場 大ホール ※未就学児入場不可

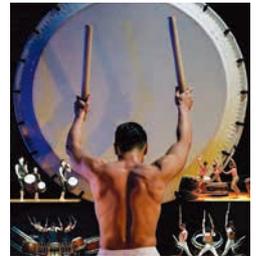
料 金 5,500円

(全席指定、当日券6,000円)

※9月10日(土)から会館、会館プレイガイドで発売。

賛助会員は、9月4日(日)から

市民会館で発売



トミオカホワイト美術館

開館9:00～17:00 (入館終了16:30)

9月の休館：7日(水)、8日(木)、14日(水)、25日(日)、29日(木)、30日(金)

☎775-3646 FAX 775-3650 URL <http://www.6bun.jp/white/>

¥一般500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

9月6日(火)まで市民は無料

富岡惣一郎 Bird eye ～空から描く～

期 間 12月5日(月)まで

ジュニア学芸員鑑賞ガイド 城内中学校生徒が解説

日 時 9月18日(日) 13:30～14:15

※総合支援学校「MSGカフェ」も出店します

ライアーコンサート2016 ～竖琴の音色～

日 時 9月25日(日) 14:00～(開場13:30)

料 金 2,000円(未就学児不可、当日券は2,500円)

奏 者 ヤン・ブラウンシュタインさん

※コンサートのみの開館となります

ラウンジ展 9月 [観覧無料]

市民ギャラリー 酒井建写真展「波紋」を開催中

※「城内さんぽ」では、地域のイラストを展示

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まで)

9月は毎日開館します

[JR六日町駅1階] ☎770-1173 ¥一般500円/小中高250円

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

第2期 心躍る絵画展

期 間 11月21日(月)まで

わくわく・ドキドキするような作品を展示。



郷土資料

あれこれ 46

〔問合せ〕 社会教育課

郷土史編さん係

☎773-2197

南魚沼市の石碑⑩

「上の原池改修記念碑」

〔小栗山（上の原）〕

建立 昭和15年

小栗山普通水利組合



南魚沼市の石碑⑪

「弁天橋建立記念碑」

〔小栗山（上の原）〕

建立 平成8年4月

お松の池架橋実行委員会



「上の原池」は、南魚沼市西部の魚沼丘陵の段丘面に位置しています。池の周辺には、上ノ台遺跡（Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ）、入山遺跡、がんだつばら遺跡が点在し、旧石器・縄文時代の石器や火焔土器が数多く出土しています。この地で古くから人々が生活してきたことをうかがえます。

上の原池は「弁天の池」や、地域に伝わる伝説から「お松の池」とも呼ばれています。

上の原池は、古くから生活・農業用水として利用されてきました。文亀3年（1503年）、日照りが長続きし用水不足となったこと、同年に弁財天を築いたこと、永正7年（1510年）に池の拡張工事が行われことなどを、古文書にみることでできます。

天和3年（1683年）の検地帳では、池の堤は除地（年貢免除の土地）であったこと、明治10年（1877年）の小栗山誌では池の広さが周囲490間、南北58間、東西30間、面積2町5反1畝10歩であったと記されています。現在、池の周囲は1キロメートル、広さは2.5ヘクタール程です。

その後も改修工事は何度も行われ、慶安元年や明治期の改修の記録などが残されています。大正15年（1926年）、池の荒廃が進み、水稲灌

溉用水池としての役目が危惧され、昭和3年、改修工事を県に請願し、許可されました。改修工事は同年8月に着工し、水門整備、池底の掘下げ、堤の改修などが行われました。昭和5年に改修工事が完了したことを記念し、皇紀2600年（昭和15年）に、「上の原池改修記念碑」（写真石碑⑩）が建立されました。

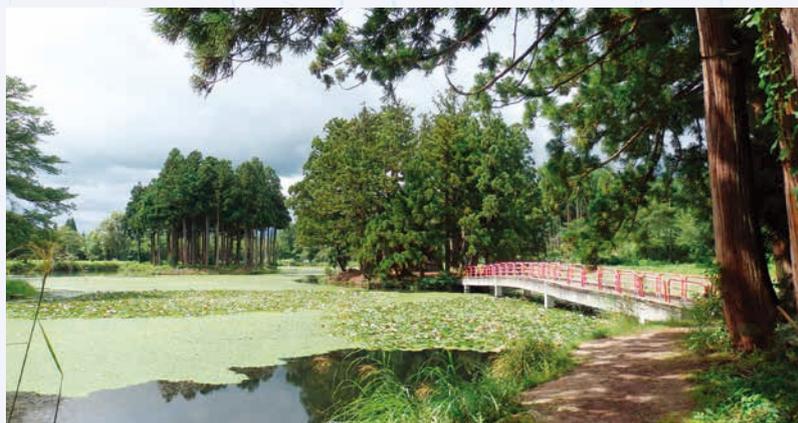
上の原池には、弁天島と戸隠島と呼ばれる2つの小島があります。弁天島は、「弁財天」が祀られています。平成5年（1993年）の整備改修事業に併せ、弁天島へ「弁天橋」（下部写真）が架橋されました。これを記念した「弁天橋建立記念碑」（写真石碑⑪）が平成8年に建立され、橋の袂にたたずんでいます。

戸隠島には「戸隠神社」が祀られています。千ばつの年には、信州戸隠神社へ「お水もらい」のため参拝し、雨乞いの祭りの後に池にまきそそがれました。この祭りは昭和20年代後半まで続けられたとのこと。上の原池は、大正時代ごろにはすでに観光地として人気だったそうです。小中学校などの遠足地としてにぎわい、その様子は、各学校の卒業アルバムの写真に見ることができま

隣接する「上の原菖蒲園」は、昭和39年（1964年）に明治神宮から菖蒲25種200株が分譲されて開園し、「上の原つつじ園」は、昭和61年に六日町、五十沢村、城内村、大巻村の町村合併30周年記念として開園しました。

参考資料

小栗山誌、南魚沼郡神社銘鑑、六日町史、むいかまち



上の原池弁天島と弁天橋（左奥が戸隠島）



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

ディスポート南魚沼

9月の休館日

5日(月)、12日(月)、20日(火)

〒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 スポバラ☎773-3210

南魚スポーツパラダイス 第2期 ^{おか}陸の教室参加者募集 第2弾!

受講料 スポバラ会員 **新規** …今年度初めて受講する教室は、すべて無料（「楽しいキッズダンス教室」のみ、保護者が会員の場合の未就学児は820円）

再受講 …第1期に受講し、第2期も再受講する教室は2,050円（ただし、「若返り筋力アップ教室」は1,540円、「やさしいステップボクシング教室」は1,850円）

一 般 各4,110円（「若返り筋力アップ教室」のみ、3,080円）

教室回数 全10回（各教室とも）

教室名	開催曜日・開始時間	教室初日	教室内容	受付開始
楽しいキッズダンス教室	木 17:30	9/29	4歳からはじめられるヒップホップダンスで、楽しく一緒に踊りましょう	9/8(木) 9:00～
女性限定 リフレッシュ教室 (託児あり)	10:30		いろんな運動で汗をかいて、楽しくリフレッシュ！ 出産・育児でしばらく運動から離れていた人にも最適です [託児は、会員・一般とも1人あたり3,080円]	
やさしい ステップボクシング教室	18:30		ストレス発散、シェイプアップ、メタボ対策、強度の高い運動を求める人に最適です	
らくらく青竹教室	13:00	10/6	青竹踏みを用い、全身の機能を高める効果を狙います。運動経験の少ない人も安心です	9/9(金) 9:00～
介護予防運動 若返り筋力アップ教室	13:30	9/30	介護予防運動指導員である針灸師の講師が、健康講座を交えながら自宅のできる無理のない介護予防をご紹介します	
フラダンス教室	11:00		ハワイの伝統舞踊を、アロハの精神でゆったり楽しく踊りましょう	
ボディ メイキング教室	金曜昼 火曜夜	10:00	楽しく、らくらくボディメイク。ボールを使って体の歪みやバランスを整えます	9/13(火) 9:00～
リズム体操教室	火 13:00	10/4	軽快なリズムに合わせて、楽しく体を動かします	
ワン'Sブートキャンプ	20:30		本場アメリカ仕込みの燃焼系トレーニング	

- ・受付は先着順で、各教室とも定員に達し次第締め切ります
- ・8:30から予備受付を行い、申込み開始時刻[9:00]に定員を超える場合は、その時点で締め切り、その場で抽選
- ・教室の詳しい内容などは、参加者募集要項をご覧ください。不明な点は、スポバラ事務局まで
- ・日程は、都合で変更する場合があります
- ・保険料は、年会費と受講料に含まれます（申込み教室時のみ有効）

ディスポート南魚沼 トレーニングルーム マシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンを使用し、どなたでも簡単に使い方を覚えられます。

日 時 9月11日(日) 12:00～13:30	定 員 6人（事前の申込みが必要）	受講料	会員	無 料
会 場 ディスポート南魚沼1階 トレーニングルーム			一般	200円
対 象 中学生以上				
申込み ディスポート南魚沼				
※施設利用料300円が別途必要です（定期券可）				
運動着、室内用シューズ、タオル、飲み物をご用意ください				

平成28年度 市民体育祭

主催：南魚沼市体育協会 事務局：社会教育課 生涯スポーツ係（市民会館内） ☎773-6630
 ※申込みは、各競技の問合せ先にご連絡ください

バスケットボール

日 時 10月9日(日) 8:00～
 会 場 大和中学校体育館
 種 目 ・一般男子
 ・一般女子
 競技方法 トーナメント戦（ユニフォームの着用、
 帯同審判1人が条件）
 参加費 1チーム3,000円
 締 切 り 9月26日(月)
 問 合 せ 中嶋 彰 ☎090-1427-3478

バドミントン

日 時 10月8日(土)・9日(日) 9:00～
 会 場 二日町体育館
 種 目 ・中学生シングルス・ダブルス
 ・小学生男女別シングルス（5・6年生）
 ・小学生シングルス（4年生以下）
 ・男子シングルス（A・B）
 ・女子シングルス
 ・男女別ダブルス（A・B）
 ※小中学生は8日(土)、その他は9日(日)に開催
 競技方法 トーナメント戦、リーグ戦
 参加費 シングルス700円（小・中学生500円）
 ダブルス1組1,600円（中学生1,000円）
 締 切 り 9月25日(日)
 問 合 せ 樋宮 孝雄 ☎090-2214-0268

硬式テニス

日 時 10月23日(日) 8:30～
 （練習コート開放8:00～）
 会 場 大原運動公園テニスコート
 種 目 男子・女子ダブルス（A・B）
 競技方法 予選リーグ戦、リーグ戦1位による決勝
 トーナメント戦
 参加費 一般1ペア2,000円
 学生1ペア1,500円
 ※参加は市内在住、在勤、在学、在クラブであること
 締 切 り 10月16日(日)
 問 合 せ 木村 和男 ☎090-5433-8650
 ☎・FAX 772-4339
 木村 美恵子 ☎090-2884-0690

ソフトテニス

日 時 10月10日(月・祝) 8:40～
 会 場 大原運動公園テニスコート
 種 目 ・中学生の部（男女別）
 ・中学3年生・高校・一般の部
 競技方法 予選リーグ戦、決勝トーナメント戦
 参加費 500円
 締 切 り 10月1日(土)
 問 合 せ 丸山 久 ☎080-5071-0910

柔 道

日 時 10月2日(日) 8:00～
 会 場 大和B&G海洋センター
 競技方法 ・小学生 個人戦・団体戦
 ・中学生 個人戦
 ・高校・一般 個人戦
 参加費 無料
 締 切 り 9月25日(日)
 問 合 せ 岸本 富士夫 ☎090-1938-0555

剣 道

日 時 10月23日(日) 8:30～
 会 場 ディスポーツ南魚沼
 種 目 ・小学生の部
 ・中学生の部（男女別）
 ・高校・一般の部（男女別）
 競技方法 個人戦・団体戦
 参加費 700円
 締 切 り 10月15日(土)
 問 合 せ 大津 誠 ☎090-5216-6974

相 撲

日 時 10月16日(日) 9:00～
 会 場 六日町小学校 相撲場
 種 目 ・小学生団体戦
 ・小学生個人戦（男女別）
 参加費 無料
 締 切 り 9月30日(金)
 問 合 せ 井口 良道 ☎090-3332-2813

硬式テニス・バドミンントンのクラスについて
 A：上級 B：初～中級



太極拳

日 時 10月16日(日) 13:00～
 会 場 塩沢勤労者体育館
 内 容 太極拳の各級講習（入門・初級・24式）、
 一般の健康体操、体験教室
 参加費 500円
 締 切 り 10月15日(土)
 問 合 せ 井口 博 ☎080-5442-8177

スポレック

日 時 10月29日(土) 9:00～
 会 場 藪神小学校体育館
 種 目 ダブルス戦（男子・女子・混合）
 競技方法 予選リーグ戦、決勝トーナメント戦
 参加費 300円
 締 切 り 10月22日(土)
 問 合 せ スポレック協会事務局 上村 祐貴
 ☎090-7413-4810

心豊かな子育て教室

【問合せ・申込み】 社会教育課 生涯学習班
 ☎773-6610

子育てのわ（輪・和・話）をひろげよう！お
 住まいの地域以外の会場にも気軽に参加してね。
 初めてや里帰り、上の子を連れて来た人も大歓迎！

六日町地区第2回「そだち学級」

会 場 ふれ愛支援センター2階 多目的ホール
 内 容 「ベビーマッサージ&親子で楽しいスキ
 ンシップ」

講 師 富所 さゆりさん

持ち物 タオル、マイカップ

五十沢地区第2回「そだち学級」

会 場 五十沢地域開発センター
 内 容 「ドキドキわくわく楽しもう」（体を動か
 したり、ゲームを楽しみます）

共通事項

日 時 9月10日(土) 10:00～11:30
 （受付 9:30～）

対 象 0～3歳の乳幼児とその保護者など
 （祖父母も大歓迎）

料 金 1人10円（保険料）

申込み 不要。動きやすい服装で直接会場におこ
 しくください。

教室を手伝ってくれるボランティアを募集中！

サイクリング

日 時 10月9日(日) 9:00～
 コー ス 六日町大橋下 河川敷駐車場～
 ① 三国川ダム～清水峠コース
 ② 三国川ダム～六日町大橋コース
 参加費 1,500円（小学生以下1,000円）
 ※保険料、昼食代を含む
 締 切 り 10月2日(日)
 問 合 せ サイクリング協会事務局 佐藤
 ☎772-2320

「トレーニング基礎知識」講習会 ～使える体にするには～

【問合せ・申込み】 南魚沼市体育協会 事務局
 （市民会館内） ☎773-6630

南魚沼市体育協会競技力向上委員会の主催で、
 実技を交えたトレーニング基礎知識の講習会を開
 催します。どなたも気軽にご参加ください。

日 時 9月30日(金) 19:00～20:30

会 場 市民会館 多目的ホール

講 師 金山 武志さん（MAXトレーニングジム）

参加費 無料

締 切 り 9月29日(木)

※動きやすい服装と筆記用具が必要です

中央公民館講座

初めてのきもの教室（秋期）

【問合せ・申込み】 中央公民館 ☎773-6610

今期のきもの教室は少し難易度を上げて、礼装
 着の自装に挑戦し、袋帯と名古屋帯を結びます。

期 間 9月15日～12月1日の祝日を除く毎木
 曜日（全10回）

時 間 19:30～21:00

会 場 中央公民館2階 和室

講 師 山田 ミヨ子さん、富井 フジイさん

対 象 20歳以上の女性

参加費 5,000円（初回時に集金）

定 員 20人（達し次第締切り）

持ち物 たび、裾よけ、肌・長じゅばん、きもの、
 袋帯、帯板、帯枕、ひも、だて締め、タオル、
 帯揚げ、帯締めなどでお持ちのもの
 ※着物の貸出しもあります

締 切 り 9月12日(月)



シリーズがん予防②
検診結果から「がん予防」を
考えよう

【問合せ】保健課

☎77316811

胃がん・大腸がん検診
平成27年度の検診結果

胃がん検診

受診者数は減少傾向にあります。精密検査の受診率は94.6%でした。毎年、精密検査の受診者からがんが発見されています。多くは早期段階での発見であり、毎年検診を受けることが、がんの早期発見と早期治療につながっています。

大腸がん検診

受診者数は増加しています。また、要精密検査対象者も増加傾向にあります。ただし、精密検査の受診率は、すべてのがん検診の中で一番低くなっています。特に40～60歳代の受診率が低い状況にあります。精密検査でがんが発見された人のうち、約半数に進行がんが発見されています。食生活の欧米化に伴い、大腸がんの発症は全国的に増加傾向にあります。大腸がんは多くの場合、自覚症状がないまま進行するといわれています。腹痛や血便がひどい場合は、がんが他に転移している可能性もあります。がんを早期に発見するため

に、毎年検診を受けましょう。

年度	胃がん検診			大腸がん検診		
	H25	H26	H27	H25	H26	H27
受診者数 (人)	3,828	3,815	3,775	6,705	6,774	6,857
要精密検査者数 (人)	321	296	112	404	449	451
精密検査受診率	92.8%	92.2%	94.6%	83.4%	84.2%	77.6%
がん発見数 (人)	11	5	1	15	10	17

胃・大腸がん検診に関するよくある質問

Q 検診は何歳から受けられるの？
A 国の指針に基づき、市の胃がん

と大腸がん検診は、40歳以上が対象です。自覚症状や心配がある場合は、年齢や検診時期に関わらず、早めに医療機関を受診し、医師に相談しましょう。

Q 検診は、どんな検査をするの？

A 胃がん検診は、バリウム検査を行います。バリウム検査は、食道・胃・十二指腸の異常を確認する検査で、発泡剤で胃をふくらませ、バリウムを含む造影剤を飲んで体を動かし、胃の粘膜全体に造影剤を行き渡らせながらX線を連続的に照射し、撮影します。バリウムはX線を通さず、造影剤の流れ方から異常の有無がわかります。大腸がん検診は便を2日分とり、便潜血検査を行います。健診の申込み者に、事前に検便容器をお送りします。がんのほか、潰瘍、ポリープ、炎症性腸炎、痔などで陽性反応が出る場合があります。

Q 検診費用は、いくらかかるの？
A 胃がん検診は1,000円、大腸がん検診は500円です。75歳以上は無料で受けられます。医療機関で検査を受けるよりも安く受診できます。

Q 胃がん検診で要精密検査となったのは、昔、胃潰瘍になったせい？
A 以前に胃の病気を患った人は、検診で異常と判断される場合があります。しかし、その異常との判断が、過去の病気が原因であると限りません。主治医がいる場合は、相談してから検診を受けましょう。

Q 大腸がん検診で何度も要精密検査となるのは、痔のせい？
A 痔がある人は、便潜血検査で異常が出やすい傾向にあります。しかし、異常が出た原因が痔であるとは限りません。痔のせいで要精密検査になったと思っていた人から、がんが発見されたこともありま

す。要精密検査となったら、医療機関で内視鏡検査などを受けましょう。

がん検診を受診し、要精密検査の結果がでたら、早期に医療機関で精密検査を受けましょう。精密検査を受診しなければ、検診を受けた意味もなくなりま

ただ今、がん検診を実施
中！
お申込みをお待ちしています



食育推進会議では、市内の事業者から、食育に関する取組みに協力いただいています。



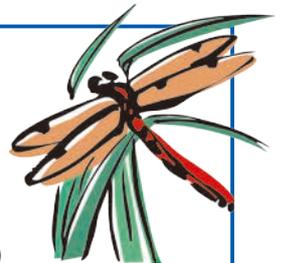
食育取り組み紹介②
Aコープ塩沢店（一分区（塩沢））
Aコープ塩沢店では、お客さんの健康を考え、おいしい減塩食を提案しています。広告チラシには季節や地域の郷土料理に合わせた食材や、みそやしょうゆなどの減塩商品や、特売期間を設けたりしています。店内では、定期的に減塩商品コーナーを設置し、減塩タイプの調味料やだし、加工食品を見やすく陳列しています。
また、特産コーナーでは、新鮮な旬の野菜を取り揃えています。

食育の風
【問合せ】保健課成人保健班
☎773-6811



9月はがん征圧月間
11月の暮らしにがん検診を
【問合せ・申込み】保健課
☎773-6811
国民の2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。
初期のがんは、自覚症状がほとんどありません。検診を受けることで、初期段階のがんを発見することができます。
早期に適切な治療を受けることで、体への負担も少なくなり、生存率も大きく高まります。
市の住民健診は11月まで行っています。検診を受けていない人の申込みを受け付けています。
がんの早期発見のために、がん検診を定期的に受けることを習慣づけましょう。

9月の城内診療所 診療担当医師（予定表）



受付・診療時間 午前：月曜～土曜 [受付] 8:30～11:30 [診療] 9:00～
午後：月曜～金曜 第1・第3土曜 [受付] 11:30～16:00 [診療] 14:00～
【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	
◎城内診療所では、自宅まで無料で送迎します。送迎希望は、電話か窓口でお申し込みください。（送迎は午前中のみ）						1日	2日	3日	4日			
						高崎	高橋	堀内	休診			
5日		6日		7日		8日		9日		10日		11日
高橋	高橋	福本	寺田	高橋		高崎		高橋		福本	休診	休診
田中	中	福本	福本									
12日		13日		14日		15日		16日		17日		18日
高橋	田中	福本	寺田	高橋		高崎		高橋		薄田		休診
田中			福本									
19日		20日		21日		22日		23日		24日		25日
休診（祝日）		福本	寺田	高橋		休診（祝日）		高橋		福本	休診	休診
26日		27日		28日		29日		30日				
高橋	田中	福本	寺田	高橋		高崎		高橋				
田中			福本									

月曜日は、女性医師（田中奈津子医師）による診察を行っています。



市などからのお知らせ

「この相談会」 秘密厳守

【問合せ・申込み】 子ども・若者育成支援セ ンター

☎773-6616

義務教育終了から39歳までの困難を抱えた若者への支援として、臨床心理士による相談会を開催します。

対象 市内在住の発達障がい・不登校・ニート・ひきこもりなどでお悩みの若者とその家族

日時 9月21日(水)
午前10時～11時

会場 子ども・若者育成支援センター1階相談室

締切り 9月15日(木)

※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、随時応じています

人権なんでも相談所 相談無料、秘密厳守

【問合せ】

法務局 南魚沼支局
☎772-2164

対象

・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

日時 9月14日(水)

午後1時～4時(予約不要)

会場 働く婦人の家(富町(浦佐))1階託児室

相談担当 人権擁護委員

最寄りの人権擁護委員

・島村 弘(富町(浦佐))
☎777-2554

・行方幸恵(一村尾)

☎777-4831

・中島澄江(下二(大崎))

☎779-2641

・廣田芳克(門前)

☎779-3313

相談日に限らず、いつでも電話相談に応じます

「法の日」週間・「暮らしの無料法律相談会」開催 相談無料、秘密厳守

【問合せ・申込み】

市民課 市民係
☎773-6661

10月1日を「法の日」、10月1日～7日を「法の日」週間として、全国各地で法の尊厳や人権擁護の行事が開催されます。

市では「暮らしの無料法律相談会」を開催し、法律、戸籍の問題などの相談に応じます。

日時 10月5日(水)

午後1時30分～4時

会場 ふれ愛支援センター

2階多目的ホール他

相談内容

・土地・建物の売買、相続、抵当権の設定、土地・建物などの登記の問題

・土地の境界の問題

・会社の設立、役員変更など、法人登記の問題

・戸籍・国籍の問題

・地代、家賃など、供託の問題

・家庭内、親族間、近隣間のもめごと、不当な差別など、

人権の問題
・金銭の貸借、保証、多重債務などの問題
・年金の問題

相談担当者 弁護士、司法書士、行政書士、社会保険労務士、土地家屋調査士、人権擁護委員、法務局職員

※相談をしたい人は、直接会場におこしください。

弁護士への相談は、予約が必要ですが(相談時間は、1人30分程度)

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
☎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ご予約ください。

※弁護士との相談時間を有効に使えるよう、申込み時に相談員が概要を伺います

日時 9月21日(水)

午後1時30分～4時

会場 市役所本庁舎 南分館

1階消費生活センター

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

「魚野川河川美化運動」 参加者募集

【問合せ】

建設課 維持管理班
☎773-6674

ふれあい魚野川プロジェクト推進協議会は、5月～10月の毎月第4土曜日に1時間程度、六日町大橋付近の河川敷で草刈り、ごみ拾いなどの作業をしています。みなさんの参加をお待ちしています。

注意事項 傷害保険などの加入はありません。個人責任でご参加ください。

9月の活動 9月24日(土)

午前6時～、六日町大橋の下集合(坂戸側)





新潟県知事選挙 投票所の立会人募集

【問合せ・申込み】

南魚沼市選挙管理委員会
☎773-6434

10月16日投票予定の新潟県知事選挙の投票立会人を募集します。

期日前投票所

期日 9月30日(金)～10月15日(土)(複数日可)

午前8時30分～午後8時

立会投票所 本庁舎、大和・塩沢庁舎、南魚沼市図書館

募集人数 102人以内

報酬 1日9,500円

当日投票所

日時 10月16日(日)

午前7時～午後8時

立会投票所 自分の投票する投票所

募集人数 各投票所2人

報酬 10,700円

共通事項

資格 市の選挙人名簿に登録され、候補者などでない人

募集期間

9月2日(金)～9日(金)

※電話でお申し込みください。(応募多数の場合は抽選)

食事・交通費は自己負担です

若者支援「コミュニケーション・シヨン・セミナー」開催

【問合せ】

子ども・若者育成支援センター
☎773-6611

「気持ちをよく伝えられない」「対人関係がうまくいかない」などの悩みや苦手感はありませんか？

少人数グループでゲーム感覚のワークショップを楽しめます。さまざまな考え方や感じ方に触れながら、交流する楽しさを感じてみましょう。

対象 市内在住の義務教育終了から39歳の人

日時 9月15日(木)

午後2時～3時30分

会場 子ども・若者育成支援センター2階音楽室

講師 川島崇照さん(川島崇照メンタルトレーニング・オフィス)

申込み 不要。直接会場まで

参加者の感想

すべての価値観が同じではなく、自分の違いを受け止めることで、安心して会話ができることを学びました。

「わが子の自立を願う 家族の集い」特別版

【問合せ・申込み】

子ども・若者育成支援センター
☎773-6611

当事者家族のみなさんの情報交換を中心に開催している「家族の集い」。

今年度の特別版第2弾を、ひきこもり支援や家族支援を研究する斎藤まさ子さんを招き、開催します。講話後は講師を囲み、一緒に語り合ひましょう。

不登校やニートなどに悩み、就学や就労にとまどう若者をどう理解し、どう支えるか、一緒に考えてみませんか？

日時 9月24日(土)

午後1時～4時

会場 子ども・若者育成支援センターセンターひろば

講師 新潟青陵大学教授 斎藤まさ子さん

定員 20人(先着順)

締切り

9月20日(火)

※電話でお申し込みください

認知症は身近な病気です

【問合せ・相談】

南魚沼市地域包括支援センター
☎773-6675

大和地域包括支援センター
☎777-3111

塩沢地域包括支援センター
☎782-0252

65歳以上の介護保険認定者の約6人に1人が何らかの認知症を発症しています。認知症は発症者だけでなく、家族の生活にも大きく影響します。

また、虐待を受けたことがある高齢者の8割に、何らかの認知症状があることがわかりました。

認知症が発症し、要介護となった際の不安やとまどいを軽減するためには、認知症への正しい理解と早めの相談が大切です。

地域包括支援センターでは、認知症の相談に応じて、解決への糸口を一緒に考えます。

認知症に関する悩みは、地域包括支援センターに気軽に相談ください。相談内容の秘密は厳守します。

「木造住宅 耐震診断支援事業」 受付は11月30日まで

【問合せ・申込み】

都市計画課
☎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？

対象住宅(すべてに該当)

- ・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)

募集戸数 10戸(申込み順)

※詳細は都市計画課か、市報4月1日号12ページをご覧ください





ウイルス性肝炎 医療相談会開催

【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

肝炎患者とその家族、肝炎ウイルス感染の心配な人を対象に、専門医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。

日時 10月5日(水)
午後7時～8時20分

相談時間 1人20分程度
会場 南魚沼地域振興局
健康福祉環境部

担当医 米倉研史医師（医療法人研鑽会 米倉医院長）
定員 4人（先着順）
費用 無料

締切り 9月27日(火)
※電話か来所でお申し込みください
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

「しおざわ秋の収穫祭」 出演者・出店者募集

【問合せ・申込み】
商工観光課（しおざわ秋の収穫祭実行委員会事務局）
☎773-6665
FAX773-6710

11月3日(木・祝)に、道の駅南魚沼で開催する「しおざわ秋の収穫祭」のステージイベント出演者と、フリーマーケット・飲食店の出店者を募集します。

①ステージイベント
ダンス、楽器演奏、歌唱、パフォーマンスなど（ジャンルは不問）
参加費 無料

②フリーマーケット
参加資格 市内に住所がある20歳以上か、市内に事業所がある法人や団体など

③飲食店
区画 ②間口3m×奥行3m（テントなどは、各自で用意。生き物・食料品は不可）、③間口5.4m×奥行き3.6m（電源以外の資材は、各自で用意）

出店料 ②1区画500円、③2,000円（テント利



用は別途3,000円）
※飲食店は、臨時食品営業許可の申請が必要（様式などは実行委員会から送付）

申込み（共通）
①・②…申込書に住所・氏名・電話番号などを記入し、持参・郵送・FAXで提出
③…電話でお申し込みください（販売品目などを考慮し、実行委員会で選定）
申込書 商工観光課に用意（市ウェブサイトでダウンロード可。希望で郵送・FAXも可）
締切り 9月30日(金)
※申込み状況で、早期に締め切る場合があります

南魚沼市観光事業補助金 追加募集

【問合せ・申込み】
商工観光課 観光交流班
☎773-6665

多様化する観光ニーズに柔軟に対応し、観光振興を図るための事業などに要する経費に対し、予算の範囲内で補助金（上限額100万円）を交付します。

対象 市が認める観光振興を目的とする団体
締切り 10月7日(金)
※交付の条件、必要書類などは、市報4月15日号7ページをご覧ください

「にいがた狼煙」 プロジェクト2016 参加団体募集

【問合せ・申込み】
商工観光課 観光交流班
☎773-6665
FAX773-6710
メール：kankou@city.minamiunuma.lg.jp

災害復興や地域のまちおこしを目的に、県内の山城跡などで狼煙上げを行う「にいがた狼煙プロジェクト」が今年

も開催されます。狼煙上げに参加する団体を募集します。
日時 10月15日(土)
午前11時ごろ（目安）
※強風などの荒天時は、各団体の判断で中止のこと

実施場所 参加者主体のイベントのため、土地所有者や周辺住民などの了解が得られる場所であれば自由
※事前に了解を得てからご応募ください

対象 大人2人以上を含む、プロジェクトに賛同する団体など
申込み 団体名、狼煙上げ予定場所、代表者名、連絡先「電話番号・メールアドレス」をFAXかメールでご連絡ください。（後日、資料を送付。参加申込書をご返送ください）

締切り 9月15日(木)





にいがた死生学研究会 設立4周年記念講話

【問合せ・申込み】

にいがた死生学研究会
(島田)

☎090-8253-1954

FA X 773-2140

メール: izaya611@yahoo.co.jp

yahoo.co.jp

「死」を考えることは「生」
を考えることをテーマに、講
話を開催します。

日時 9月7日(水)

午後1時30分～3時30分

会場 地域伝承館 夢草堂

(天王町(浦佐))

講師 敬和学園大学 共生社

会学科長 青山良子さん

定員 10人

費用 無料

締切り 9月5日(月)

※FAXかメールで、名前と
連絡先をお知らせください

「FMゆきぐ」

インターネット放送を開始

【問合せ】FMゆきぐに

☎778-1500

FMゆきぐにのラジオ放送
を、インターネットを通して
聞くことが可能となりました。

市内の難聴地域や電波の届
かない市外などでも聞くこ
とが可能です。

聞く方法

① FMゆきぐにのウェブサイ
トを表示

パソコンの場合

② 「インターネットでFMゆ
きぐが聴けます」のアイコ
ンをクリック

スマートフォンなどの場合

② 「スマホでラジオ」をタ
ップ

※実際のラジオ放送より、数
秒から1分程度遅れて聞こ
えます

魚沼地域特別養護老人 ホーム八色園の職員募集

【問合せ・申込み】

特別養護老人ホーム八色

園(松田・高野)

☎777-3811

八色園の職員を募集します。

職種(募集人員)

① 準職員(2人程度)

② パート職員(2人程度)

勤務条件

① 月21日勤務(交替制で夜勤
が月4回程度あり)

② 月17日勤務(5時間勤務…
15日、6時間勤務…2日、

勤務時間は応相談)

面接 随時(履歴書が必要)

※給与などはお問い合わせく
ださい。介護福祉士の有資
格は優遇します

格は優遇します

愛の消防フェスティバル

【問合せ】

消防本部 警防課 救急係

☎782-5331

「愛の消防フェスティバル」
を開催します。救急車両の展
示や楽しいコーナーを設けま
す。家族でお楽しみください。

日時 9月11日(日)

午前10時～午後2時

会場 イオン六日町店駐車場

内容 消防車・救急車の展示、
ミニレスキュー体験、消火
器使用体験、AEDミニ講
習、消防〇×クイズなどを
予定

「ゆるキャラグランプリ 2016」こめつく君へ ご投票ください

【問合せ】

商工観光課 観光交流班

☎773-6665

南魚沼市公式観光PRキャラ
クター「こめつく君」が、
今年も「ゆるキャラグランプリ」
に出場しています。

昨年度は1,727体中、
715位という結果でした。

順位を上げられるよう、みな
さんの応援をお願いします。

投票期限 10月24日(月)

午後6時

投票方法 ゆるキャラグラン
プリオフィシャルウェブサ
イトをご覧ください(「ゆ
るキャラグランプリ」で検
索)

シルバー人材センター 10月6日は「感謝の日」

【問合せ・申込み】

(公社)南魚沼シルバー人
材センター

☎772-4973

シルバー人材センターが法
制化されて30周年を迎えまし
た。

10月6日を「シルバーの
日」と定め、地域のみなさん
からの支援に、感謝と一層の
理解を願い、除草・清掃など
の奉仕活動を一齐に実施しま
す。

会場 六日町・五日町・魚沼
丘陵駅周辺、ゆきぐに大和
病院・大和庁舎周辺、塩沢
市街地街路周辺、越後湯沢
駅東口・西口周辺

会員募集

あなたの豊かな知識と経験
を地域のために生かしてみま
せんか。おおむね60歳以上で、
健康で働く意欲のある人を募
集しています。

仕事承ります

臨時、短期、仕事量の多少、
就業時間の長短にかかわらず、
気軽にご連絡ください。



毎日投票してね～

8月6日(土) 第12回南魚沼市ナイトウォークを開催しました

浦佐地区10キロメートルをコースとする、ナイトウォークを開催しました。夕方になっても気温が高い中、昨年よりも140人ほど多い731人が毘沙門堂や八色の森公園、池田記念美術館などをコースとしたナイトウォークを楽しみました。

参加者は汗をかきながらも笑顔でゴールし、麦茶やとん汁などで水分と栄養を補給しながらイベントの余韻を楽しんでいました。

**8月4日(木)～6日(土) 鈴木牧之記念館で夏休みナットク体験が開催されました**

市内外の小学生や観光客が越後上布の苧引きや草木染め、紙すきを体験しました。苧引きは、刈り取った苧麻から越後上布の糸の元となる繊維を取り出す作業です。

藍染め体験では、割りばしや輪ゴムで手ぬぐいをしぼり、藍で染めました。紙すき体験では、苧麻をワンポイントにハガキを作りました。参加者はどんな作品になるか楽しみながら作業を行っていました。

**7月27日(金) 国道17号の五日町パーキングで交通指導所を開設しました**

南魚沼警察署と南魚沼交通安全協会の協力で、交通指導所を開設しました。開所式で南魚沼警察署 金澤交通課長は、「市内の交通事故は年々減少しています。死亡事故も昨年の同時期と比べ、3分の1に減少しています」と、感謝を述べました。

開所式の後、交通指導員など参加者17人が通行車両120台に啓発チラシと交通安全標語が印刷されたトイレトペーパーを配布して、安全運転を呼びかけました。

**7月25日(月)・26日(火) 六日町学校給食センターで夏休み調理員体験会を開催しました**

小中学校の児童生徒19人と保護者13人が参加し、鮭のマヨネーズ焼きやしょうゆフレンチ、沢煮椀の3品を作りました。

参加した児童生徒からは、「給食を作る大変さがわかったので、これからは残さないようにしたいと思います」と、保護者からは、「衛生と栄養面を考えながらおいしい給食を作ることの大変さを感じました」などの感想が聞かれました。

**7月21日(木) 八幡保育園改築工事安全祈願祭が行われました**

井口市長や地元行政区長、工事請負業者など17人が参加し、八幡保育園改築工事安全祈願祭が開催されました。新園舎は鉄骨2階建て延床面積866㎡、定数は105人で、平成29年3月末に完成予定です。

発注者あいさつで井口市長は、「旧六日町時代から懸案事項であった八幡保育園の拡張整備を、地権者や地域からご理解いただき、施工できることとなりました。市街地であるため、安全はもとより騒音で住民に迷惑がかからないように工事を進めていただきたいと思います」と、語りました。



9月のカレンダー

日にち	行事名・時間・会場など
3日(土)	イースタンリーグ公式戦 西武VS日本ハム 12:30～ ベーマガSTADIUM
	サトシンさん絵本ライブ 14:00～15:30 南魚沼市図書館 多目的室
4日(日)	浦佐温泉耐久山岳マラソン・健康歩こう大会 8:30～ 浦佐温泉「たもん荘」周辺
8日(木)	塩沢地域高齢者運動会 8:30～ 塩沢グラウンド(塩沢公民館)
11日(日)	猫の譲渡会(魚沼アニマルサポート) 10:00～12:00 イオン六日町店
17日(土)	読書のつどい「どうぶつのはな」 14:00～15:30 図書館 多目的室
	第15回ぶどう収穫祭とワイン祭り 10:00～16:00 八色の森公園 アグリコア越後ワイナリー
18日(日)	第15回ぶどう収穫祭とワイン祭り 10:00～16:00 八色の森公園 アグリコア越後ワイナリー
20日(火)	健康相談会 14:00～15:00 図書館 ボランティア室
23日(金)	乳幼児親子おはなしの会「えほんであそぼ」～お絵かき絵本をつくろう!～ 10:00～11:30 大和公民館
24日(土)	「わが子の自立を願う家族の集い」特別版 13:00～16:00 子ども・若者育成支援センター センターひろば
26日(月)	第9回農業委員会総会 9:00～ 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」などにご利用ください。

対象 乳児～小学校入学前の幼児とその保護者
時間 9:30～15:30

大和会場 大和庁舎(3F) 毎週 月・火・木曜日 9月15日(木) 11:00～ 支援講座「親子体操」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 9月7日(水) 11:00～ 支援講座「親子体操」講師：保育士
塩沢会場 塩沢庁舎(北棟2F) 毎週 火・水・金曜日 9月14日(水) 11:00～ 支援講座「親子体操」講師：保育士

どの会場にも参加できます。予約は不要です
【問合せ】子育て支援センター ☎772-7754

救急医療



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
 - 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。
 - ・スタッフの状況などで、症状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、診療の順番が前後し、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『小児救急医療電話相談』
☎025-288-2525 (#8000でも可)
夜間に子どもの具合が悪くなったとき(発熱、嘔吐、下痢など)にご利用ください。
- ・時間 19:00～翌朝8:00(毎日)
- 【問合せ】保健課 ☎773-6811

行政 困りごと 相談

9月12日(月) 13:30～15:30	働く婦人の家(浦佐)
9月15日(木) 13:30～15:30	本庁舎
9月20日(火) 13:30～16:00	塩沢老人福祉センター

【問合せ】総務課 防災庶務班 ☎773-6660

市民の動き

(平成28年7月末日現在)

- 人口 58,223人(先月比-79)
- 男 28,474人(先月比-48)
- 女 29,749人(先月比-31)
- 世帯数 19,737戸(先月比-23)

今月の表紙

上町保育園(公設民営)では、園内にある10坪ほどの畑でトマトやキュウリ、メロンなどを育てています。採れた野菜などは、みんなでおいしくいただきます。

編集後記

今年から祝日となった8月11日の「山の日」、横浜から来た甥夫婦と一緒に墓参りをしました。山あいの杉林に囲まれていた墓地は、猿の被害を防ぐために杉が切り倒され、明るい墓地に大変身。以前の薄暗い雰囲気を知る甥は、「変わったね、よくなったね」と驚くばかり。今年はブナの実が少なく、熊の出没も多い予想です。人間が手入れをすることで、被害が少しでも軽減できればと願っています。

(秘書広報課 山崎)