



掛布雅之さんと 岡崎郁さんによる熱血指導



おもな内容

- 市民と行政をつなぐ広報広聴…… 2
- 各課からのお知らせ…… 5
- 南魚沼市地域おこし協力隊日記…… 27
- 市長の一言日記…… 28

市民と行政をつなぐ
広報広聴

【問合せ】秘書広報課

☎773-06658



市では、さまざまな行政情報を発信する広報と、市民の意見を広く聴くための広聴を行っています。多くの方々ににより活用していただくために、市の広報広聴について紹介します。

3月26日(日)、MUSUBI-BAで開催した市政懇談会の様子

広聴 — みなさんの声をお寄せください —

市政懇談会 ざっくばらん

市民と市長がざっくばらんに意見を交換し、市政を身近に感じてもらい、市政に関心をもってもらうための機会として開催しています。令和4年度は、地域づくり協議会や子育て支援センター 子育ての駅ほのぼのなど17か所、337人に参加いただきました。今年度も、地域や対象者に合わせた会場などで開催します。ぜひ、気軽にご参加ください。



参加者の感想

市長の話を中心に地域のみなさんのさまざまな意見、市に対する思いを聞いて、とても良い機会となりました。
(地域づくり協議会)

子育てをしている人でないと感じないこともあるので、このような場はとても良い。ぜひ、今日の意見が市政に活るといいなと思った。
(子育て支援センター 子育ての駅ほのぼの)

市政懇談会 in MUSUBI-BA を開催します

日時 6月27日(火)

午後6時30分～8時
(受付：午後6時～)

会場 MUSUBI-BA

対象 だれでも

内容

- ①市長による市政全般報告
- ②テーマに沿った施策の説明
- ③意見交換

申込み 不要。直接会場まで。

市民の声

市役所各庁舎に設置している市政ポストや、市ウェブサイトの問い合わせフォームから、開かれた市政の実現と協働によるまちづくりのために、幅広い世代の前向きで建設的な意見や提案をお待ちしています。

市民の声 反映イメージ



広報 — 市の情報をお届けします —



市報みなみ魚沼

行政情報のほかに、市内の出来事や地域情報などのシリーズも掲載しています。市報は、紙面や市ウェブサイト以外にもスマートフォンアプリなどで、いつでも、どこでも読むことができます。

電子書籍「マチイロ」

スマートフォンアプリで閲覧できます。

電子書籍「カタログポケット」

多言語自動翻訳機能（日本語を含む10言語）や、音声読み上げなどの機能を利用できます。



南魚沼市公式ウェブサイト

フェイスブック Facebook



市からの最新のお知らせや市の魅力を広く発信しています。



ラジオ放送 (FMゆきぐに)

市の情報をいち早く伝えるために放送しています。災害など非常時や緊急時には随時放送します。

南魚沼市からのお知らせ 南魚沼市の数字

- 火曜日～金曜日 7:52～
- 月曜日 7:52～
- 月曜日～金曜日 12:27～

市民ふれあい講座

市民が市内で主催する集会などに職員が出向き、市の事業や健康などの話をする講座です。



「考えよう ごみ問題」講座の様子

市民カメラマンが活躍しています

市報や市ウェブサイトなどに掲載する写真の撮影、取材記事の作成などを行うボランティア「市民カメラマン」を募集しています。あなたも市報づくりなどに参加しませんか？



撮影：市民カメラマン 竹内雅之



市ウェブサイト
広報広聴ページ



市民と協働のまちづくりに資するよう、市政情報発信としての広報と市民の声を市政に活かす広聴の充実に努めていきます。

また、多様化するニーズの中で、持続可能なまちづくりのためには、市の将来を担う子どもから高齢者まで幅広い世代の意見を聴くことが必要です。よりよい南魚沼市をめざすため、みなさんの貴重な意見・提案をお聞かせください。

知っておきたい がんの予防方法

【問合せ】保健課 ☎773・6811

誰でもがんになる可能性があります

日本人の2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなるといわれています。がんはすべての人にとって身近な病気であり、正しい知識を身につけておくことが大切です。

がんの現状 がんので亡くなる部位の順位（令和3年）

	1位	2位	3位
総数	肺	大腸	胃
男性	肺	大腸	胃
女性	大腸	肺	すいぞう 膵臓

出展：国立がん研究センターがん統計

がんを防ぐためにできること

生活習慣を見直すことで、がんになるリスクが低くなることがわかっています。次の12か条は、日本人を対象とした疫学調査や研究方法から明らかにされた、すべてのがんのリスクを下げるための基本となる項目です。

がんを防ぐための新12か条（出展：がん研究振興財団）

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1条 たばこは吸わない | 7条 適度に運動 |
| 2条 他人のたばこの煙を避ける | 8条 適切な体重維持 |
| 3条 お酒はほどほどに | 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療 |
| 4条 バランスのとれた食生活を | 10条 定期的ながん検診を |
| 5条 塩辛い食品は控えめに | 11条 身体の異常に気が付いたら、すぐに受診を |
| 6条 野菜や果物は不足にならないように | 12条 正しいがん情報でがんを知ることから |



定期的ながん検診が、あなたの生活を守ります

肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんは、かかる人や亡くなる人が多い一方で、検診を受けることで死亡率を下げる効果があることが確認されています。これらのがんは、早期であれば治せる可能性が非常に高く、治療も軽くすむことが多いです。

がん検診の目的は、がんを早期に発見し、診断や適切な治療に早期に結びつけることです。がん検診のメリットを得るためには、定期的に検診を受け、「要精密検査」となった場合には早めに受診することが大切です。

市の住民健診でお得にがん検診を受けることができます

市で行っているがん検診（11月まで実施）は、医療機関で検査を受けるよりも、短時間で安く検査を受けることができます。

詳しくは、住民健診カレンダーや市ウェブサイト（「住民健診」で検索）をご確認ください。



お知らせ

問 問合せ	申 申込み	日 日時	期 期間
時 時間	会 会場	対 対象	資 資格
定 定員	費 費用	☑ 締切	内 内容
講 講師	相 相談員	持 持ち物	他 その他
F ファックス		✉ メール	

申込期間

6月9日(金)～23日(金)

費 危険物安全協会員

6,000円
非会員 9,000円
テキスト代 4,500円

上級救命講習

普通救命講習Ⅰ

問・申 消防本部 警防課

救急係

☎782・5331

上級救命講習

普通救命講習の内容に加え、止血法、傷病者管理法、外傷手当の要領や搬送法などの講義と実技を学びます。

日 7月2日(日)

午前8時30分～午後5時15分(8時間講習、昼休憩あり、昼食は各自で用意)

日 6月25日(日)

普通救命講習Ⅰ

心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の取り扱いなど、実技を中心にした応急手当の講習です。

日 7月9日(日)

午前9時～正午

日 7月2日(日)

共通事項

☑ 南魚沼市消防本部「竹俣」

定20人程度

費無料

他受講者には修了証を交付。

※状況に応じてマスクの着用をお願いする場合があります。実技のできる服装でおこしください

若者支援

コミュニケーション・

トレーニング開催

問・申 子ども・若者相談支援センター

☎788・1951

「今よりもう少し楽な気持ちで人と話ができるようになる」をめざし、まずは少人数で簡単なゲームなどを楽しむことから始めてみませんか。

日 6月15日(木)

(毎月第3木曜日) 午後2時～3時30分

会 子ども・若者相談支援センター

市内在住の義務教育終了、39歳の若者

☎788・1951

申 電話でお申し込みください。

日 6月9日(金)

わが子の自立を願う

家族の集い

問・申 子ども・若者相談支援センター

☎788・1951

高等学校不登校、ニート、ひきこもりなど、就学や就労に悩む若者を家族として、どのように支えるか一緒に考えてみませんか。

日 6月27日(火) 午後1時～4時

会 塩沢公民館 学習室

市内在住の義務教育終了、39歳の若者の家族

申 前日までに電話でお申し込みください。

日 6月27日(火)

犬猫の飼育に関する相談や、犬猫の健康管理、飼育環境の改善などについて、専門家の講話や実演を行います。

日 7月29日(土)

午前9時30分～午後3時

会 南魚沼地域振興局

犬猫の飼育に関する相談や、犬猫の健康管理、飼育環境の改善などについて、専門家の講話や実演を行います。

☎772・8154

日 7月29日(土)

午前9時30分～午後3時

会 南魚沼地域振興局

犬猫の飼育に関する相談や、犬猫の健康管理、飼育環境の改善などについて、専門家の講話や実演を行います。

☎772・8154

免許の種類

網、わな、第1種銃、第2種銃(空気銃)

費無料

定40人(定員を超えた場合は、抽選)

申込期間

6月16日(金)～7月3日(月)

南魚沼オペラ合唱団

公開練習 参加者募集

問・申 南魚沼オペラ実行委員会 (担当：神保)

☎takajinbo8@gmail.com

南魚沼オペラ合唱団は、10月7日(土)開催のオペラコンサート「カルメン」に向けて4月から練習しています。

共演予定のテノール歌手

菅田博昭さん(湯沢町出身)を囲んで公開練習を行います。菅田さんが合唱団にアドバイザーの姿をぜひご覧ください。

日 6月30日(金)

午後6時30分～9時30分

会 市民会館 多目的ホール

対 合唱やオペラに興味がある人

定20人

☎772・8154

☎772・8154

☎772・8154

☎772・8154

催し・講座・募集

定40人

危険物取扱者乙種
第四類試験準備講習会
問・申 南魚沼市消防本部
予防課
☎782・5330

期 7月3日(月) 午後1時30分

～4時30分、4日(火) 午前

9時30分～午後4時30分

(2日間)

会 十日町地域地場産業振興セ

ンター(道の駅クロステ

ン)「十日町市本町六の一

丁目71-26」

催し・講座・募集



訓練コース（南魚沼市中小企業研修受講料補助金の対象コース）

コース名	コース内容	実施期間	曜日	時間
第1種電気工事士 (学科)	10月試験向け資格対策コース (前回修了者合格率100%)	7/21～9/28 (全28回)	月・木・金	18:30 ～ 21:30
ワードスキルアップ	ワード基礎、ワード中高年コース を修了した人から要望の多かった フォローアップコースです。短い 時間復習と新しい操作方法を学び スキルアップをめざします。	7/25～8/4 (全4回)	火・金	

技能講習・特別教育・安全衛生教育

コース名	実施期間	曜日	問・申
チェーンソー以外の振動工具安全 衛生教育	7/3	月	株式会社東新重工亀田講習センター 技能講習 特別教育 ☎025・381・7726 ☎025・383・0620 ☎025・381・7714 ☎025・381・7714
自由研削砥石特別教育	7/4	火	
ウインチ作業特別教育	7/31～8/1	月・火	
丸のこ等取扱作業従事者教育	7/5	水	キャタピラー教習所株式会社 新潟教習センター ☎025・232・7611
職長・安全衛生責任者教育	7/18～19	火・水	
小型移動式クレーン運転技能講習	7/24～26	月・火・水	建設業労働災害防止協会 新潟県支部中越駐在室 ☎0258・86・8102
足場の組立て等特別教育	7/10	月	

※事前申し込みが必要。申込者少数の時は、開講できない場合あり

※各コースについて、詳しくはQRからご確認
いただくか、お問い合わせください



魚沼テクノスクール
7月入校生募集

問・申 新潟県立魚沼テクノ
スクール
☎025・794・2410

介護員養成科2期

対 介護に必要な知識・技能を
学び、福祉や介護分野への
就職を希望する人
期 7月11日(火)～9月8日(金)
午前9時～午後3時50分
※土・日曜日、祝日を除く。

定 12人
会 魚沼サンティックススクール

費 無料(テキスト代などの自
己負担あり)

申 ハローワーク南魚沼

☎ 6月19日(月)
PCスキル基礎科1期ホーム
ページ活用コース

対 パソコン操作やホームページ
作成の知識・技術を習得
し、就職を希望する人

期 7月13日(木)～10月12日(木)
午前9時10分～午後3時50
分

※土・日曜日、祝日を除く
会 小千谷市民学習センター楽
集館(小千谷市上山4丁
目4-2)

目4-2

南魚沼市社会福祉協議会
正職員募集

問・申 南魚沼市社会福祉協
議会 総務係
☎773・6911

募集職種 養護老人ホーム魚
沼荘 支援員

募集人員 1人

試験日時 随時募集(受験申
込み受付後、個別に連絡)

採用予定日 7月以降(勤務
開始日は相談に応じます)

※詳しくは、南魚沼市社会福
祉協議会ウェブサイトをご
覧いただくか、お問い合わせ
してください

目4-2

**子育て応援店舗等
改装工事補助金**

問・申 商工観光課
商工振興班
☎773・66655

対象施設

2年以上営業し、改装工事後も営業を継続する市内の飲食店、宿泊施設

対象工事

市内施工業者が行う、子育て環境整備工事は5万円(税別)以上、バリアフリー改装工事は10万円(税別)以上の工事(次の①～③のいずれかに該当)

- ①キッズコーナー、授乳スペースの設置
- ②トイレの整備(腰掛便座・おむつ交換台などの設置)
- ③出入口や通路の拡幅・段差解消・手すりの設置

補助金額

補助対象経費の1/2(上限50万円、千円未満切り捨て)

受付期間

6月19日(月)～(先着順)
※詳しくは、市ウェブサイト「子育て応援店舗」で検索)をご覧ください、お問い合わせください

不登校親の会

問・申 親の会・やまと(担当:黒石)
☎777・4144
✉mkuroiwa@mulio.jp

学校に行きづらい子どもを持つ親たちで、なんでも話せる時間を過ごしています。気軽に参加してみませんか。

日 毎月第2金曜日
午後7時～9時

会 大和公民館 2階

※申し込み不要。都合で日程変更する場合あり。詳しくは、お問い合わせください

市民セミナー料理教室

問・申 塩沢公民館
☎782・0100

メニュー

- ・米粉ピザ
- ・手作りトマトソース
- ・ピシソワーズ
- (ジャガイモの冷製スープ)
- ・ぶるぶるフルーツゼリー

日 6月25日(日)

午前の部:午前10時～正午
午後の部:午後1時30分～午後3時30分
会 塩沢公民館 調理実習室

対 市内在住・在勤者

定 各部15人(先着順)

費 1,400円(当日集金)

講 川島亜紀子さん

持 エプロン、ふきん、持ち帰り容器(4人分程度)、筆記用具

※持ち帰りの衛生管理は各自の責任でお願いします

申込期間

6月5日(月)～15日(木)

会 計年度任用職員(パートタイム職員)登録制度 看護師・保育士・調理員を募集中

問・申 子育て支援課

☎773・6822

この制度は、保育園でパートタイム職員が必要な場合に素早く対応できるように、看護師、准看護師、保育士、保育助手、調理員、調理助手として働きたい人をあらかじめ登録する制度です。

対 保育園で働きたい人(年齢・性別・経験不問)

※勤務先は本人・家族の子ど

もが入園していない園

共通事項

賃金(時給)

① 看護師 1,520円

② 准看護師 1,520円

③ 保育士(有資格) 1,090円

④ 保育助手 1,020円

⑤ 調理員(有資格) 960円

⑥ 調理助手 930円

選考方法 書類審査と面談

勤務先 市内の16保育園

勤務期間 令和6年3月31日まで(年度ごとの更新)

登録期間 登録日～令和6年3月31日

交通費 市条例と規則により支給

有給休暇 月1日

社会保険など 社会保険(健康保険・厚生年金保険)と、雇用保険への加入は、勤務条件により異なります。

① 勤務で休憩1時間

② 准看護師 1,520円

③ 保育士(有資格) 1,090円

④ 保育助手 1,020円

⑤ 調理員(有資格) 960円

⑥ 調理助手 930円

勤務時間 市条例と規則により支給

① 社会保険など

② 有給休暇

③ 社会保険など

④ 社会保険など

⑤ 社会保険など

⑥ 社会保険など

⑦ 社会保険など

⑧ 社会保険など

⑨ 社会保険など

⑩ 社会保険など

⑪ 社会保険など

⑫ 社会保険など

⑬ 社会保険など

⑭ 社会保険など

⑮ 社会保険など

⑯ 社会保険など

⑰ 社会保険など

⑱ 社会保険など

⑲ 社会保険など

⑳ 社会保険など

㉑ 社会保険など

㉒ 社会保険など

㉓ 社会保険など

㉔ 社会保険など

㉕ 社会保険など

㉖ 社会保険など

**献血にご協力ください
～6月の献血日程～**

問 保健課(献血担当)

☎773・6811

6月9日(金)

時 午後1時30分～4時

会 魚沼基幹病院

他 QRから事前に予約ができます。

※すべて全血400ml献血。日程や会場は、変更する場合があります。



首都圏などの若者の短期 就労者受入れ事業者を募 集します（夏季限定）

問・申U&ーとぎめき課
ふるさと創り班
☎773・6659

市では、総務省事業「ふるさとワーキングホリデー」を実施し、就労者の受け入れを行う事業所を募集します。

ふるさとワーキングホリデーは、首都圏などの若者が市内に2週間程度働きながら滞在し、地域の人たちとの交流を通して地域の魅力を知ってもらうもので、交流人口の増加を図るとともに将来の移住・定住につなげていきたいと考えています。

実施期間（予定）

8月上旬～9月下旬

就労者の賃金

事業所の規定により直接就労者にお支払いください。

就労者の送迎

原則、市で対応します。

✉tokimeki@city.
minamiunuma.lg.jp

※詳しくはお問い合わせください

南魚沼市民総合防災訓練

問総務課 防災庶務班

☎773・6660

令和5年度の南魚沼市防災訓練の日は、7月第1日曜日です。各家庭や地域でも例を参考に訓練を実施しましょう。

当日は、市内全域でサイレンが鳴ります。また、緊急速報メール・エリアメール、防災ラジオから防災情報を発信します。災害・火災など間違えないようにご注意ください。

日7月2日(日)

午前8時～正午

訓練の例

避難や安否確認、情報伝達の訓練

- ・区内の連絡網などの活用
- ・常会などでの集合（常会長が避難者数を確認し、行政区長へ報告する）
- ・一時避難場所への避難訓練
- ・避難に支援が必要な人の安否確認・避難訓練

資機材などの確認・使用訓練

- ・家庭内や区の防災倉庫にある備蓄品や資機材の点検（使用期限や賞味期限など）
- ・資機材の試運転や使用方法

の確認
・消防団と連携した消火訓練
・情報共有・確認訓練
・各家庭に配布された「南魚沼市防災マップ」を活用した避難経路の確認。避難経路などに沿った区内の見回りや危険個所の確認

・マイタイムラインや防災メモ（防災マップの一番後ろのページ）の作成 など

防災情報を発信しています

市民のみなさんに防災情報を迅速にお知らせする防災メール、公式LINEを運用しています。

防災情報の入手手段の一つとして、ぜひご登録ください。

市が発信する情報

- ・災害や国民の保護に関する情報
- ・地震や気象に関する情報
- ・避難に関する情報
- ・防災啓発に関する情報

防災メール、公式LINEの運用

原則として発信のみを行い、返信などの対応は行いません。担当課に直接お問い合わせください。

他運用方針については、市のウェブサイトを「防災情報

発信」で検索）でご確認ください。

※登録や情報受信などにかかる通信料は、個人の負担となります

防災メールで情報を受け取る登録方法

- ①携帯電話やスマートフォンから次のメールアドレスに空メール（件名、本文なし）を送信

✉bousai.minamiunuma-city@raidenn2.kaiwork.jp

※次のQRを読み込むとメールアドレスを取得できます



※迷惑メール設定を行っている人は、@raidenn2.kaiwork.jpのドメインが受信できるようにしてください

市公式LINEで情報を受け取る

友達追加方法

- ①次のQRを読み込むか、LINEアプリでIDで検索する



※ID：@m-ununuma（アカウント名：南魚沼市）

- ②表示される画面の追加ボタンを押す
- ③友達の追加が完了

兼続公まつり

大煙火大会 花火募集

問・申六日町商工会
☎772・2590

恒例の花火大会で記念の花火を打ち上げませんか。

日7月19日(水) 午後7時30分～打ち上げ開始

日6月16日(金)

※詳しくは、お問い合わせください

公営住宅の入居者募集

【問合せ・申込み】福祉課 公営住宅係 ☎773・6667

地域	団地・住宅名 〔所在行政区名〕	募集戸数	階数	間取り	建物の構造	単身入居	家賃月額	駐車場料月額1台分 〔駐車可能台数〕	その他
大和	市営桜沢団地〔田町〕	3	1階 3階	3DK	鉄筋コンクリート造3階建	不可	17,100～ 33,700円	2,400円 〔1台〕	
	市営物見ヶ丘団地〔一村尾〕	2	2階 3階	3DK	鉄筋コンクリート造3階建	不可	13,300～ 26,100円	1,600円 〔1台〕	
	市営大崎団地〔原小路〕	4	1階 2階 3階	3DK	鉄筋コンクリート造3階建	不可	14,100～ 27,700円	1,700円 〔1台〕	
六日町	市営宮住宅〔宮〕	2	—	3DK	木造高床式2階建	不可	16,800～ 28,300円	無料〔1台〕 (高床1階)	車庫高さ 1.6m
	市営津久野住宅〔津久野〕	1	3階	3DK	鉄筋コンクリート造3階建	不可	15,600～ 30,700円	1,900円 〔1台〕	
	市営余川住宅2号棟〔飯綱町〕	2	4階	3DK	鉄筋コンクリート造4階建	不可	16,800～ 33,000円	2,500円 〔1台〕	
	県営余川住宅3号棟〔飯綱町〕	2	4階	3DK	鉄筋コンクリート造4階建	不可	16,600～ 32,700円	2,500円 〔1台〕	
	市営西泉田住宅1号棟〔西泉田〕	1	5階	3DK	鉄筋コンクリート造5階建	可	14,000～ 27,500円	2,400円 〔1台〕	
	市営西泉田住宅2号棟〔西泉田〕	1	2階	3DK	鉄筋コンクリート造3階建	不可	16,400～ 32,300円	2,400円 〔1台〕	
	県営上町住宅松棟〔上町1丁目4区〕	2	3階 4階	3DK	鉄筋コンクリート造4階建	不可	16,900～ 33,200円	2,800円 〔1台〕	
	県営上町住宅竹棟〔上町1丁目4区〕	2	3階 4階	3DK	鉄筋コンクリート造4階建	不可	17,400～ 34,200円	2,800円 〔1台〕	
塩沢	市営来清団地〔三分区〕	2	1階 3階	3DK	鉄筋コンクリート造3階建	可	13,800～ 27,100円	2,000円 〔1台〕	
	市営泉盛寺団地〔泉盛寺〕	1	2階	3DK	鉄筋コンクリート造5階建	可	12,700～ 24,900円	無料〔1台〕 (入居者管理)	
	市営舞子団地A棟〔舞子〕	1	3階	1DK	鉄筋コンクリート造4階建	可	14,400～ 28,300円	2,000円〔1台〕 (大区画3,000円)	
	市営舞子団地B棟〔舞子〕	2	1階 3階	2LDK	鉄筋コンクリート造4階建	不可	20,200～ 39,600円	2,000円〔1台〕 (大区画3,000円)	
	市営上野団地〔上野〕	2	1階 3階	2LDK	鉄筋コンクリート造3階建	不可	18,800～ 36,800円	2,000円 〔1台〕	

共通事項

募集期間 6月15日(木)～30日(金)

入居資格

- ・住宅事情に困っている
- ・収入基準に適合している
- ・同居する親族がいる（単身での申込みは60歳以上と障がい者に該当する人で、上記単身入居「可」の住宅へ申込みが可能）
- ・暴力団員ではないこと

家賃算定

収入に応じて決定します。

申込方法

入居資格を確認のうえ、福祉課、大和・塩沢市民センターで申込書を配布。申込書に必要書類を添付し、募集期間内に福祉課 公営住宅係へ提出。

選考方法

住宅委員会の審議により選考します。

入居可能時期

7月下旬以降の見込み。

※入居にあたっては家賃3か月分の敷金、保証人1人が必要です

※入居などの相談・問い合わせは、福祉課 公営住宅係で随時受け付けています。入居の申込みは募集期間のみ受け付けます

第6回 IUJむすびばカレッジ

問・申 国際大学スーパード
ローバル大学推進・地域
連携室
☎779・1459

IUJむすびばカレッジは、
国際大学の教員が専門分野の
中から、地域の人が関心のある
内容を提供する市民講座で
す。月1回の開催で、全10回
実施予定です。気軽に参加
ください。

第6回テーマ

「台湾の現状とこれから」

日 6月17日(土)
午後3時～4時30分
(開場：午後2時30分)

会 MUSUBIIBA

費 無料

申 電話かQRか
らお申し込み
ください。



くらし・相談



弁護士による無料法律相談

問・申 消費生活センター

☎772・2541

内 マルチ商法や資格商法によ

る消費者トラブル、多重債
務、不動産、相続、離婚な
どの法律問題の相談。
日 6月12日(月)、15日(木)
午後1時30分～4時
会 塩沢市民センター

定 5人(1人約30分)

日 6月9日(金) 正午

申 電話でご予約ください(受
付：午前9時～午後4時)
※申し込み時に相談員が概要
を伺います。相談内容に
よっては、お受けできない
場合があります

労働に関するさまざまな悩
みに、社会保険労務士と労働
相談所職員が相談に応じます。
相談は無料で、秘密は守られ
ます。

臨床心理士による「こころ の相談会」～秘密厳守～

問・申 子ども・若者相談支
援センター
☎788・1951

あなたが抱えている悩みを
話してみませんか。

対 市内在住のニート・ひきこ
もり・高等学校不登校など
に悩む義務教育終了～39歳
の若者か家族

日 7月5日(水)

午前9時30分～10時30分

会 子ども・若者相談支援セン
ター

日 6月29日(木)

申 電話でご予約ください。相
談時間を有効に使うため、
事前に概要を伺います。
他 支援員による電話・来所相
談は、随時受付中

休日労働相談会

問 新潟県労働相談所
☎025・281・6110
「労働相談専用電話」

労働に関するさまざまな悩
みに、社会保険労務士と労働
相談所職員が相談に応じます。
相談は無料で、秘密は守られ
ます。

日 6月18日(日)

午後1時～4時30分

相談方法

面談、電話、オンラインコ
ミュニケーションツール
Zoom

※電話以外の相談は要予約

会 新潟県長岡労働相談所「長
岡市沖田2丁目173-2
長岡地域振興局内」
※祝日を除く月～金曜日、午
前9時～午後5時にも相談
に応じています

他 弁護士相談や産業カウンセ
ラーへの相談も無料で受け
られます(要予約)

マイナンバーカードの申 請、交付などの時間外・ 日曜窓口

問 市民課 市民班
☎773・6661

時間外窓口(次の水曜日)

6月7日、21日、7月5日、
12日、19日、26日
午後5時15分～7時30分

日曜窓口

6月11日、25日、7月9日、
23日
午前8時30分～正午
受付窓口 市民課

申 受付専用電話(☎788・
1780)でお申し込みみ
ください。

持

・通知カード(ある人)
・顔写真付きの本人確認書類
1点(運転免許証、旅券、
身体障害者手帳など)

・その他の本人確認書類1点
(健康保険証、年金手帳、氏
名と生年月日記載の診察券
など。顔写真付きの本人確
認書類がない場合は2点)

・住民基本台帳カード(ある
人)

・個人番号カード交付通知書
(交付時のみ)

他
・顔写真は窓口で無料撮影し
ます。
・交付は、原則3日前までに
予約が必要です。
※住民票、戸籍などの事務は
行いません

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

内 家庭内や親族・近隣間の悩
みごとなど、暮らしの中で
起こるさまざまな問題の相
談、いじめやあらゆる差別
問題の相談。

7月3日(月)

会 塩沢市民センター2階
201・202会議室
相 人権擁護委員
杉岡明全「上野」

野口里加子「上田掛之下」
7月7日(金)
会 守門公民館
「魚沼市須原520」
相 人権擁護委員

共通事項

時 午後1時～4時

申 不要。直接会場まで。

狂犬病予防注射は 済みましたか？

環境交通課

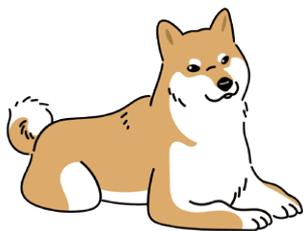
☎773・6666

犬の飼い主は、1年に1回、狂犬病予防注射を受けさせることが法律で義務付けられています。集合注射で接種しなかった場合は、獣医師から接種を受けてください。

犬の体調不良などで接種できない場合は、獣医師から猶予証明を受けてください。

市内や近隣市などの12の動物病院の指定獣医師に事務委託をして、犬の登録手続きや鑑札、狂犬病予防注射済票の交付を行っています。

※指定獣医師は市ウェブサイ
ト「[南魚沼市指定獣医師]
」で検索）で確認するか、お
問い合わせください



6月は「土砂災害防止月間」

☎南魚沼地域振興局 地域整備部
治水課 ☎772・8083
建設課 維持管理班
☎773・6674

梅雨時期は、雨量が多く土砂災害が発生しやすくなります。日ごろから気象情報などに注意し、避難場所を確認しておきましょう。大雨の際は、地方気象台が発表する「土砂災害警戒情報」に注意し、危険を感じたらすぐに避難してください。山や崖、川などで異常な箇所を見つけたら、地域振興局か、建設課までご連絡ください。

川の増水に備えましょう

☎新潟県 土木部 河川管理課 ☎025・280・5414
総務課 防災庶務班 ☎773・6660

6月は出水期を迎え、梅雨前線や台風などに伴う豪雨が発生しやすい時期です。日ごろから南魚沼市防災マップなどを活用し、安全な避難場所や避難経路などを確認しておきましょう。新潟県公式アプリ「新潟県防災ナビ」では、洪水や土砂災害のハザードマップから避難所を調べることができます。いざという時にはアプリから河川水位などの情報を収集して、避難行動に役立てましょう。

南魚沼市
防災マップ



新潟県
防災ナビ



古着・古布の無料回収を実施中！
透明か半透明の袋（45ℓ以下）に
入れて出してください。

ごみにしない！3R推進コーナー

【問合せ】廃棄物対策課 ☎782・0339

回収するもの

- シャツ、パンツ、靴下、スーツ、ジャンパーなどの衣類全般
- ハンカチ、ネクタイ、タオル、バッグ、毛布、ベルトなど



回収しないもの

- 枕、マットレス・布団、じゅうたん、ペットの使用した毛布など
- 汚れや臭いのひどいもの、濡れているもの



回収場所と時間

回収場所	不燃ごみ処理施設 〔上十日町〕	大和庁舎 車庫棟 〔浦佐〕
受入時間	月～土曜日 9:00～12:00 13:00～17:00	月～金曜日 8:30～17:00 (閉庁日は不可)
	日曜日・祝日 9:00～12:00	

※1月1日～3日はごみ処理施設休業日のため受入不可

回収のポイント

- 洗濯してあればクリーニングは不要
- 黄ばみ・シミがあるもの、ボタンが取れたり、穴があいたりしたものも回収

回収後は

東南アジアやアフリカなどへ輸出され、中古衣料として再利用されます。状態の悪いものは、工業用ぞうきんなどにリサイクルされます。

サル被害防止パトロールを始めます

農林課 農業振興係

☎773・6963

市内で多発しているニホンザルによる農作物への被害を防ぐために、サル被害防止パトロールを実施します。

パトロールは各種許可を受けた実施隊員（猟友会員）が、緊急的に必要な場合に、周囲の安全を確保した上で、ロケット花火や猟銃を使用して追い払いなどをします。追い払いなどの実施時には破裂音や射撃音が発生しますが、ご理解をお願いします。

期 6月1日(木)～11月30日(木)
(祝日を除く、月々金曜日)
時 午前9時～正午(出没状況によって変更あり)

実施地区 市内のニホンザル出没地区(猟銃の使用は山際に限ります)

実施人員 大和・六日町・塩沢の各地域1人ずつ

他 パトロール期間中は、調査したニホンザルの出没情報をメールで配信します。配信を希望する人は、次のメールアドレスに、「サル

出没メール配信希望」と件名を入力し、送信してください。

☒ nougyou@city.minamiuonuma.lg.jp

※次のQRを読み込むとメールアドレスを取得できます



水道メーターを交換します

水道課 水道業務係

☎774・3141

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

市の委託業者が交換を行い、作業前後にメーター交換のお知らせをお渡しします。
作業時の注意とお願い

- ・交換作業のため、業者が声をかけ、敷地内に入ります。
- ・留守でも作業を行います。
- ・作業を行う5～20分程度は、水が使えません。
- ・メーターボックスの上に物を置く・駐車する・犬を近

くにつなぐなどしないでください。

費無料

交換時期 6月～10月(順次交換)

対 検定有効期限が令和6年12月までの水道メーター(有効期限はメーターの蓋の裏のシールに記載)

※交換後に、にがり水や空気が出る場合がありますが、少しの間、水を出していると解消します

詐欺電話に注意ください

南魚沼警察署

☎770・0110

警察相談ダイヤル

☎#9110

南魚沼警察署管内で特殊詐欺と思われる電話やメールが相次いで発生しています。お金に関する連絡がきても慌てずに、家族や市役所、警察に相談しましょう。

事例紹介

令和5年4月に高齢女性がパソコン閲覧中表示されたメッセージに従い電話をかけたところ、パソコン復旧費用

として電子マネーを購入するよう指示されたため、市内のコンビニエンスストアを訪れた。

不審に感じた店員が詐欺を疑い、購入の中止を説得し警察への相談を促したことで、特殊詐欺の被害を未然に防ぐことができた。後日この店員には、南魚沼警察署長から感謝状が贈呈された。

健康・福祉



朝食を食べていますか
6月は食育月間
毎月19日は食育の日

間保健課

☎773・6811

6月は食育月間です。食育は、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を得て、健康的な食生活を実現できる人を育てることです。

毎日の規則正しい食生活は、健康の基本です。特に、朝食を食べることは、生活リズムを整え、健康的な生活習慣につながります。また、脳のは

たらきを活発にする、便通をよくするなどの効果もあります。朝食を食べる習慣を身につけ、1日を元気に過ごしましょう。

六日町地域「まめでいきいき倶楽部」参加者募集

間・南魚沼市地域包括支援センター

☎773・6675

体を動かしながら仲間作りをしませんか。生活や健康、介護予防に役立つプログラムを予定しています。ぜひご参加ください。

期 6月23日～11月24日の毎月第4金曜日(全6回)
時 午前10時～11時30分

会 南魚沼市図書館多目的室
費 500円(初回のみ)

対 市内在住の65歳以上の15人(応募多数の場合は六日町地域の在住者を優先して抽選)

☒ 6月14日(水)

内 軽体操と脳活性プログラム、口腔・栄養の講話など

他 申込み締切後、案内文を郵送します。

南魚沼市の「介護保険料」

介護保険課 介護保険係

☎773・6675

6月中旬に「介護保険料決定通知書」を郵送します。年間の保険料額や納め方をご確認ください。

65歳以上の人（第1号被保険者）の保険料

保険料は、高齢者人口、介護サービス費用や利用者数の推計により決定します。

市の令和5年度保険料の「基準額」は、年額76,900円です。

保険料の納め方

大きく分けて特別徴収と普通徴収の2種類の納め方があります。

特別徴収 年金天引きによる納付（全6回）

普通徴収 口座振替か納付書による納付（全10回）

基本的には特別徴収ですが、次のいずれかに該当する人は普通徴収になります。

- 65歳になってから6〜8か月以内の人
- 南魚沼市に転入してから6〜8か月以内の人

- 年金の収入額が年額で18万円未満の人
- 令和4年度の保険料額が年の途中で大幅に減った人
- また、年度の途中で保険料が増額になる人は増額分のみ普通徴収になり、保険料が減額になった人は特別徴収が中止となる場合があります。

口座振替は、手続きをした翌月から振替が開始されます。手続きをした月は、納付書で納めてください。

保険料の減免

「被災した」「著しい収入の減少があった」「債務返済を目的に財産を譲渡した」場合や、保険料が1〜3段階の人で、特に生活に困っている場合は、申請により保険料が減額になることがあります。ご相談ください。

40歳〜64歳の人（第2号被保険者）の保険料

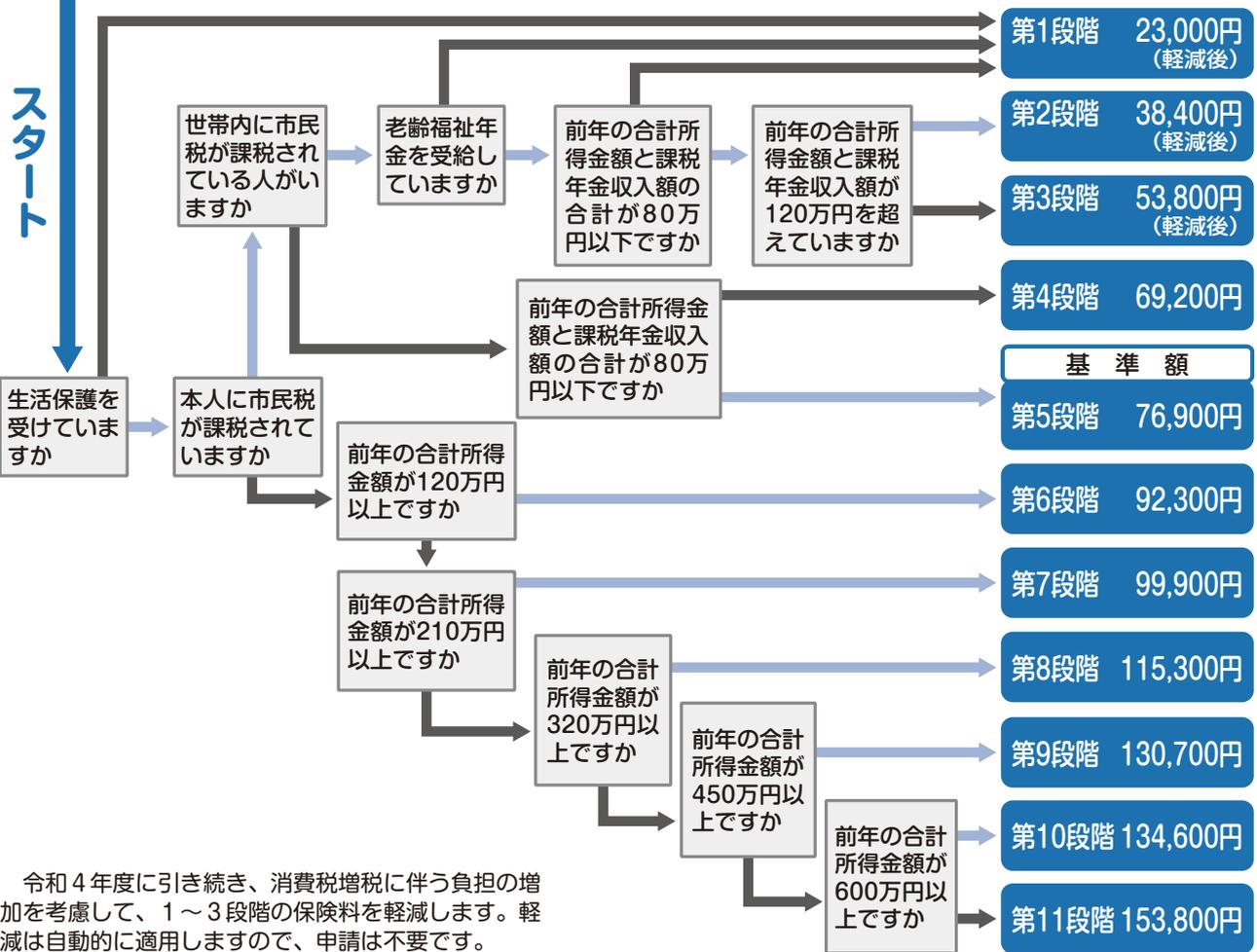
加入の医療保険料（国民健康保険、職場の健康保険など）に介護保険料が含まれています。

64歳の方は、65歳になる前月分までを月割りで納めます。（65歳以上の保険料と重複はありません）

あなたの保険料年額は？

はい →
いいえ →

保険料は、世帯の市民税課税状況や前年の所得などに応じて11段階に分かれています。



令和4年度に引き続き、消費税増税に伴う負担の増加を考慮して、1〜3段階の保険料を軽減します。軽減は自動的に適用しますので、申請は不要です。

意思疎通支援者派遣事業

問・申福祉課 障がい福祉係

☎773・6667
F773・6723

市では、聴覚障がいなどがあり、手話などによる意思疎通を希望する人に、意思疎通支援者の派遣事業を実施しています。

意思疎通支援者とは

手話通訳士・手話通訳者・手話奉仕員などで市の登録を受けた人

対聴覚障がい者などで市内に住所を有する人か、営利を目的としない団体

派遣対象

市役所での各種手続きや地域活動に参加する場合など

派遣対象外

- ・営利目的
 - ・政治団体や宗教団体の活動
 - ・その他派遣することが適当でないとして市長が認めた場合
- 他意思疎通支援者との日程調整後に派遣が決定します。希望に添えない場合もあります。

☒ syougai@city.

minamiunuma.lg.jp

有料道路通行料金の割引

問・申福祉課 障がい福祉係

☎773・6667
F773・6723

障がい者手帳を所有している人が申請することで、有料道路の通常料金の半額を割り引きます。

対身体障がい者手帳か療育手帳Aの交付を受けている人

申請に必要なもの

必ず必要なもの

- ・交付を受けている手帳
 - ・運転免許証（障がい者本人が運転する場合）
 - ・車検証（所有者の氏名が個人名義のものに限る）
- ETCを利用する場合に必要なもの

- ・ETCカード（障がい者本人名義のもの）
- ・ETC車載器の管理番号が確認できるもの（ETC車載器セットアップ申込書・証明書など）

受付窓口

福祉課 障がい福祉係、大和・塩沢市民センター

他手帳の等級によって、本人

の運転以外に、家族の運転が認められる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

NHK放送受信料の減免

問・申福祉課 障がい福祉係

☎773・6667
F773・6723

次に該当する場合、申請手続きをすると、受信料が免除されます。

全額免除

身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳のいずれかの手帳の所有者が世帯構成員であり、世帯全員が市民税非課税の場合

半額免除

・視覚障がい・聴覚障がいによる身体障がい者手帳の所有者が世帯主で受信契約者の場合

・身体障がい者手帳1級・2級、療育手帳A、精神障がい者保健福祉手帳1級のいずれかの手帳の所有者が世帯主で受信契約者の場合

申請に必要なもの

交付を受けている手帳、印鑑、NHKのお客様番号のわ

かるもの

福祉課 障がい福祉係、大和・塩沢市民センター

受付窓口

新潟県

おもいやり駐車場制度

問・申福祉課 障がい福祉係

☎773・6667
F773・6723

ショッピングセンターなどの障がい者用駐車スペースを、歩行が困難な人が利用しやすくするための制度です。案内標示がある駐車場で、利用証を車内に掲げてご利用ください。

対障がい者・高齢者・妊産婦の人など、歩行が困難、歩行に配慮が必要な人

※等級など制限があります。詳しくは、お問い合わせください

利用証の交付申請に必要なもの

交付を受けている手帳など

受付窓口

福祉課 障がい福祉係、大和・塩沢市民センター

高次脳機能障がい者「家族のつどい」

問・申新潟県高次脳機能障害相談支援センター（新潟県精神保健福祉センター内）

☎025・280・0114

高次脳機能障がいは、外見からはわかりにくいいため、本人や家族は戸惑うことや不安を抱えていることが多いです。日ごろの悩みや思いを語り合いませんか。

対高次脳機能障がい者の家族

定 各回15人

日 6月8日(木)、8月10日(木)、10月12日(木)、12月14日(木)、令和6年2月8日(木)

※いずれの回からでも参加可

時 午後1時30分～3時

会 精神保健福祉センター（新潟ユニゾンプラザハート館）

費 無料

申 開催日の1週間前までに電話でお申し込みください。

※初めて参加する人で、精神保健福祉センターに相談したことがない人は2週間前までにお申し込みください。事前に担当者が話を伺います

高齢者の生活支援の 担い手養成研修 参加者募集

☎773・6675

高齢者の中には、食事や入浴などの身体的な介助までは不要でも、掃除や買い物など日常生活のちょっとした生活支援を必要とする人がいます。高齢者の生活支援の担い手として、地域を支える活動をはじめてみませんか。

養成研修

対60歳以上の市内在住者
日7月14日(金)
午前10時～午後4時10分

会ふれ愛支援センター 多目的ホール

定30人(先着順)

費無料

☎6月30日(金)

申南魚沼シルバー人材センター

☎772・4973

(主催：新潟県シルバー人材センター連合会)

内訪問型サービスB従事者の

養成を目的として、介護保険法や高齢者の特徴、実際の生活支援などを学びます。

他訪問型サービスBはシル

バー人材センターに委託している業務です。実際に担い手として活動するには、シルバー人材センターの会員になる必要があります。

※養成研修の受講は、会員になることを強制するものではありません

障がい者差別解消法を ご存知ですか

☎福祉課 障がい福祉係

☎773・6667
☎773・6723

障がい者差別解消法は、障がいのある人への差別をなくすことで、障がいのある人もない人も、ともに生きる社会をつくることをめざし、平成28年4月に施行されました。

対象となる人は

障がい者手帳を持つ人のほか、身体障がい、知的障がい、精神障がい(発達障がいを含む)、そのほか心身の機能に障がいがあり、障がいや社会の中にある障壁によって日常生活や社会生活に相当な制限を受けている人です。

「不当な差別的取り扱いの禁止」と「合理的配慮の提供」

障がい者差別解消法では「不当な差別的取り扱い」を禁止し、「合理的配慮の提供」を求めています。

「不当な差別的取扱い」と「合理的配慮の提供」

	国の行政機関・地方公共団体など	民間企業など
不当な差別的取扱い	禁止	禁止
合理的配慮	法的義務	努力義務 → 法的義務へ(注1)

(注1) 令和3年5月に改正され、改正法は令和6年4月

不当な差別的取り扱いとは

正当な理由なく障がいがあるという理由だけでサービスの提供を拒否したり、制限したり、条件を付けるような行為です。

具体例

・「障がいがある」という理由だけでスポーツクラブに

入れてもらえない、アパートを貸してもらえないなど・お店に入ろうとしたら、車いすを利用しているという理由で断られた

合理的配慮とは

合理的配慮は、障がいのある人から「社会の中にある障壁を取り除くために何らかの対応を必要としている」との意思が伝えられた時に、負担が重すぎない範囲で対応する配慮のことです。

具体例

・車いす利用者が、建物の入り口に段差があり進めない場合、可動式のスロープなどを使って補助する
・意思を伝えあうために、絵や写真などのカード、タブレット端末などを使う
※福祉課窓口ではタブレット端末を設置しています。ご利用ください

う心身機能の低下で要介護となる一歩手前の状態です。フレイルを予防するには、栄養(食・口腔機能)・身体活動(運動・社会活動など)・社会参加(就労・余暇活動・ボランティアなど)の3つのポイントが重要です。運動不足を感じている人など、筋力づくり教室でフレイル予防を始めませんか。

筋力づくり教室は地域の集落センターなどで開催し、筋力づくりサポーターと一緒にレインボー健康体操を行います。レインボー健康体操は、椅子に座ったまま筋力を高めることができ、関節への負担も少なく、足腰に痛みのある人でも無理なく行うことができます。

持飲み物、長めのタオル、会場によってはバスタオルやヨガマット

☎1回60円

費1回60円

申不要。直接会場まで。

※南魚沼市筋力づくり教室の開催予定表を16ページに掲載。開催日などは、変更する場合あり

「筋力づくり教室」で フレイル予防を はじめませんか

☎介護保険課 包括支援班

☎773・6675

「フレイル」は、加齢に伴

令和5年度 南魚沼市筋力づくり教室開催予定表

【問合せ】 介護保険課 包括支援班 ☎773・6675

地域	会場	定例曜日	開始時間
大和地域	東	雷土生活改善センター	第2・4木 14:00
		山崎新田集落センター	第1・3金 9:30
		東地域開発センター	第2・4火 10:00
		荒金区民センター	第1・3金 9:30
		黒土ふれあいセンター	第1・3水 9:30
	浦佐	境川集落センター	第1・3木 10:00
		雪国おくにじまん会館 (ゆったり教室)	第2・4木 14:00
		働く婦人の家	第1・3水 10:00
		働く婦人の家 (男性教室)	第2・4木 14:00
		浅地町コミュニティーハウス	第2・4水 10:00
		天王町集落センター	第2・4木 10:00
		鰻島集落開発センター	第1・3木 10:00
		大崎	穴地新田ふれあいセンターなごみ
	穴地ふれあいセンター		第2・4金 13:30
	大崎下 (下小路) 集落センター		第1・3金 13:30
	大崎農業会館		第1・3水 13:30
	柳古新田集落センター		第1・3木 13:30
	今町新田開発センター		第2・4金 13:30
	水尾クラブ		第2・4水 13:30
	数神	一村尾担い手センター	第2・4金 10:00
名木沢集落開発センター		第1・3水 10:00	
今町コミュニティセンター		第2・4火 10:00	
六日町地域	大巻	大巻地域開発センター	第2・4水 13:30
		青木新田集落センター (4~12月)	第1・3水 13:30
		野田集落開発センター	第2・4火 10:00
		五日町集落センター	第1・3木 13:30
		欠之下集落センター	毎週木 13:30
		四十日新道集落センター (4~12月)	第1~4木 13:30
	五十沢	清水瀬集会所 (4~12月)	第2・4木 9:30
		原ふれあいセンター	第1・3火 10:00
		永松集落センター	第1・3木 9:30
		五十沢地域開発センター	第2・4水 9:00
		津久野集落センター	第2・4木 13:30
		山谷ふれあいセンター	第1・3木 9:30

地域	会場	定例曜日	開始時間
六日町地域	六日町1	君帰集落開発センター	第2・4木 10:00
		欠之上多目的集会所	第2・4木 9:00
		川窪集落センター	第1・3木 10:00
		余川公民館	毎週火 9:30
		余川公民館 (ゆったり)	毎週火 13:30
		学校町公民館	第1~4火 10:00
		小栗山公民館	第2~4金 14:00
		北辰ふれあいセンター	第2~4水 10:00
		六日町2	八幡集落開発センター
	緑町会館		第2・4水 10:00
	坂戸公民館		第2・4月 14:00
	美佐島ふれあいセンター		第2・4金 10:00
	六日町3	市民会館	第1~4水 14:00
		市民会館 (ゆったり)	第2・4木 14:00
		西泉田公民館	第1~4火 14:00
		東泉田集落開発センター	第2・4月 14:00
		上・下大月	第2・4金 14:00
	上田	雲洞集落開発センター	第2・4水 10:00
		三郎丸公民館	第1・3火 10:00
		原芝野集落開発センター	第1・3水 10:00
	塩沢1	島新田集落開発センター	第2・4水 10:00
		両竹集落センター	第1・3木 10:00
		思川集落開発センター	第2・4火 10:00
		吉里集落開発センター	第2・4金 10:00
	塩沢2	塩沢保健センター	毎週水 10:00
		上十日町公民館	第2・4月 10:00
		中共楽舎	第1~4水 10:00
中之島	樺野沢同新田区区民会館 (4~11月)	第1・3金 10:00	
	五郎丸集落開発センター	第2・4火 10:00	
	八竜新田多目的研修集会施設	第1・3木 10:00	
	大木六公民館	第2・4月 10:00	
	中之島農村環境改善センター	第1~3水 10:00	
	中子集落開発センター	第2・4水 10:00	
石打	坪池集落開発センター	第1・3金 10:00	
	関公民館	第2・4火 10:00	
	石打区公民館 (4~11月)	第1・3火 10:00	

催し・講座・募集

くらし・相談

健康・福祉

子育て・教育

スポーツ

図書館

文化施設

掲示板

障がい者相談員にご相談ください

☎773・6667

☎773・6723

南魚沼市障がい者相談員設置要綱に基づき、障がい者相談員を設置しています。悩みごとなど、気軽にご相談ください。相談は無料、相談内容の秘密は守られます。

対身体障がい、知的障がいのある人とその家族

相令和6年3月31日まで

・中島栄一

☎779・2429

・林秀夫

☎782・9695

成人歯科健診

後期高齢者歯科健診

☎773・6811

市民課 国保年金係

☎773・6661

対 特定年齢の人を対象に、次の歯科健診を行います。

成人歯科健診「保健課」

・4月2日～令和6年4月1

日に、21・31・41・51・61・71歳になる人（5月に通知済み）

・令和5年度中に妊娠届けを提出した妊婦

後期高齢者歯科健診「市民課」

4月2日～令和6年4月1日の間に76・80歳になる市の後期高齢者医療加入者

共通事項

☎無料（治療費は自己負担）

検査項目

問診・口腔内審査・総合判定・口腔衛生指導

実施期間 令和6年2月29日（木）まで（妊婦は通年）

事前予約が必要です。通知に記載の歯科医院に直接お申し込みください。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

近年、歯・口腔の健康と全身疾患との関わりが注目され、歯科定期受診者は増加傾向にあり、歯科医院の予約が取りにくい場合があります。成人歯科健診などの対象の人は、余裕をもって健診を受けましょう。

8020（80歳で20本以上の歯を有する）を達成するには20代・30代からの定期的な

メインテナンスが重要です。この機会に受診しましょう。

特定健診を受けましょう

保健課

☎773・6811

生活習慣病は、一人一人がバランスのとれた食生活、適度な運動習慣を身につけることにより予防が可能です。年に1回、特定健診を受診して健康状態を確認してください。健診の結果、生活習慣の改善が必要となった人は、特定保健指導を受けましょう。

特定健診（特定健康診査）とは

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診です。身体計測、血圧測定、血液検査などの項目を実施します。

特定保健指導とは

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善で予防効果が多く期待できる人に対して、生活習慣を見直すサポートを行います。

※特定健診などは、医療保険者（健康保険証の発行元）が実施しています。国民健

康保険に加入している人は、保健課にお問い合わせください

新潟県健康ウォーキングロードを歩いてみませんか

保健課

☎773・6811

市内には、新潟県健康ウォーキングロードに登録された6つのウォーキングコースがあります。ウォーキングはマイペースにできる身近で簡単な有酸素運動で、運動不足の解消や気分転換、ストレス解消などに有効です。

ウォーキングをすると、南魚沼健康ポイントが1日1ポイントたまります。水分補給をしながら、気持ちよくウォーキングロードを歩いてみませんか。

天地人上田の庄・登川ウォーキングロード

登川河川公園を起点に沢口橋までの登川沿いを歩く自然豊かな約3.5kmのコース。

ゆきぐに牧之通りまち歩きコース

鈴木牧之記念館を発着とし、

長恩寺、牧之通り、雪の結晶タイル、塩沢つむぎ記念館、機屋小路を歩く、約2.6kmのコース。

天地人坂戸城址・銭淵公園ウォーキングロード

市民の憩いの場として整備された銭淵公園内を歩く約1.2kmのコース。

六日町駅前通り・兼統地区まち歩きコース

六日町駅を発着とし、お六と桂姫の像、直江兼統公伝世館、兼統通りを歩く歴史や自然を間近に感じることが出来る約3.5kmのコース。

八色の森公園コース

「健康の杜」計画により整備された散策型公園内を歩く約4kmのコース。

天地人昆沙門堂ウォーキングコース

八色の森公園を発着とし、魚野川を渡り、昆沙門堂を歩く約3.4kmのコース。

※新潟県ウェブサイトで健康ウォーキングロードを紹介



日本脳炎予防接種

【問合せ】保健課 ☎773・6811

日本脳炎の予防接種は、平成17～21年度に積極的勧奨の差し控えがありましたが、新たなワクチンが開発され、従前と同様に接種できます。

平成15～18年度に生まれた人は、平成17～21年度に日本脳炎の予防接種を受けていないことがあります。母子健康手帳などを確認し、下表に沿って、接種を受けてください。平成15年6月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳の誕生日の前日まで、日本脳炎の定期予防接種を受けることができます。

※予診票の再発行が必要な人は、母子健康手帳を持ち、保健課、子育て支援課、大和・塩沢市民センターにおこしください

1期接種（合計3回）

生年月日	1期の標準的な接種
	3歳時に2回（6日以上の間隔をあける）、その後おおむね1年をおいて（4歳時）1回
平成19年4月2日以降	3回目は、2回目から6か月を経過していれば接種可。7歳半が接種期限です。期限内に、不足回数を接種しましょう。
平成15年6月2日～平成19年4月1日	未接種の人は、不足回数を接種しましょう。 ※郵送した接種券をご利用ください。20歳以上になると、全額自費となります

2期接種（1回）

生年月日	2期の標準的な接種
	1期（全3回の接種）終了後、9歳から10歳に達するまでに1回接種する
平成19年4月2日以降	9歳のときに1回。9歳の誕生月前月に接種券を郵送します。13歳の誕生日前日が接種期限です。
平成15年6月2日～平成19年4月1日	1期が完了したら、2期を接種しましょう。郵送した接種券をご使用ください。 ※20歳以上になると、全額自費となります

ほうしん 带状疱疹予防接種の費用を助成します

【問合せ】保健課 ☎773・6811

助成対象者

令和5年4月1日以降に行ったワクチン接種について、次の①～③のすべてに該当する人

- ①接種日と申請日に市に住民登録がある
- ②接種当日に50歳以上
- ③過去に带状疱疹予防接種の費用助成を受けたことがない

助成額

- ・生ワクチン（ビケン） 2,000円
- ・不活化ワクチン（シングリックス）
1回目・2回目 各5,000円

助成回数

- ・生ワクチン（ビケン） 1回
- ・不活化ワクチン（シングリックス） 2回まで

助成方法

医療機関窓口で費用を全額支払い、後日申請することで接種費用の一部を助成します。

申請方法

接種後6か月以内に必要書類を提出してください。

- ・申請書（窓口か市ウェブサイトから取得）
 - ・医療機関の領収書
 - ・接種したワクチンの種類がわかる書類（接種済証、診療明細書など）
- ※接種者本人名義の振込先口座番号がわかるもの（通帳など）が必要です（提出不要）

提出窓口

保健課、大和・塩沢市民センター

※詳しくは、お問い合わせください

子育て・教育



心豊かな子育て教室

問 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！ 初めての人、里帰りの人、上の子を連れて来た人、おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。

開講式

日 7月1日(土)

午前10時～11時

（受付：午前9時30分～）

会 市民会館 多目的ホール

対 6歳以下の子どもとその保護者

費 無料

内 南魚沼市少年少女合唱団による合唱や手遊び

持 水分補給用の飲み物

申 不要。直接会場まで

ふたごを育てる親の会

「ツインズくらぶ」

問・申 子育て支援センター

☎ 772・7754

内 双子の子どもを育てている保護者の情報交換や仲間づくりの場です。体験談などを聞いてみませんか。（子どもも参加できます）

6月21日(水)
午後2時～3時

会 子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」

対 就学前の双子の子どもがいる保護者

日 6月20日(火)

6月は児童手当・特例給付の支給月です

問 子育て支援課

子育て応援係

☎ 773・6822

児童手当・特例給付を指定の口座に振り込みます。ご確認ください。

振込日 6月12日(月)

対象月 2月～5月分

手当の支給月額（児童1人当たり）

3歳未満の児童

一律 15,000円

3歳～小学6年生の児童

第1・2子 10,000円

第3子以降 15,000円

中学生

一律 10,000円

特例給付

一律 5,000円

（所得制限限度額を超過した受給者）

現況確認・現況届の送付

受給者の令和5年度の現況は、公簿で監護状況や所得情報・年金区分の確認を行います。公簿で確認できない人には現況届や必要書類を送付します。期限までにご提出ください。

日 6月30日(金)

所得上限限度額を下回った人は認定請求してください

令和4年度に、所得が上限

限度額を超過し資格喪失となった人は、令和5年度の所得が上限限度額を下回った場合、改めて認定請求することができます。納税通知などで

所得を確認してから15日以内に手続きしてください。

※所得制限限度額と所得上限

限度額は所得税法上の扶養

人数によって変わります。

詳しくは、市のウェブサイ

ト（「児童手当」で検索）

から確認するか、お問い合わせ

ください

「いじめ見逃しゼロ県民運動」を推進しています

【問合せ】 学校教育課 ☎ 773・6700

新潟県では、学校・家庭・地域が連携して児童生徒を見守るとともに、社会性を育成し、いじめをはじめとする生徒指導上の諸問題の未然防止に取り組む「いじめ見逃しゼロ県民運動」を実施しています。この県民運動を踏まえ、市内の学校では、「いじめ見逃しゼロスクール集会」を開催するとともに、6月と11月を「いじめ見逃しゼロ強調月間」として取り組みの充実を図るなど、いじめ見逃しゼロスクールを推進しています。

「いじめをしない。見逃さない。許さない。」を合言葉に、子どもたちを見守り、いじめを見逃さないようにしましょう。



教科用図書（教科書） 展示会

問 学校教育課

☎773・6700

令和6年度に使用する文部科学省の検定を通った小学校教科用図書（教科書）を展示します。

期 6月14日(水)～27日(火) 午前

9時30分～午後8時(土・日曜日は午後7時まで)

会 南魚沼市図書館

令和6年度 教育・保育 施設の要支援児入園募集

問・申 子育て支援課

☎773・6822

障がいなどの理由で、保育園・認定こども園などで専任職員の対応が必要な児童（要支援児）の入園募集を行います。

対

① 身体障がい者手帳の交付を受けている

② 療育手帳の交付を受けている

③ ①②と同程度の障がいがあると医師が診断した

④ 療育相談などで「要観察」

となり、医師が「専任職員の対応が必要」と判断した提出書類

・ 入園申込書

・ 保育園等入園基準指数表

・ 保育の必要性を証明する書類（就労証明書、母子手帳など）

・ 対象児童を証明する書類（手帳の写し、医療機関などの診断書、専任職員の対応を必要とする医師の紹介状など）

募集期間

7月3日(月)～31日(月)

受付窓口

子育て支援課、大和・塩沢市民センター、第1希望の園

注意事項

・ 入園後の適切な支援のため、子育て支援センターが実施する「遊びの教室」を案内します。

・ 療育に関する相談は保健課（☎773・6811）まで。



スポーツ



第19回 南魚沼市ナイト ウォーク参加者募集

問 生涯スポーツ課

☎773・6630

大和市民センターを出発し、普光寺、新町地藏清水をめぐる9kmの周回コースです。普段あまり歩くことのない夜のまちを、歩いてみませんか。（健康ポイント対象事業）

期 7月29日(土) 雨天決行
(荒天中止)

受付時間

午後5時～5時50分

出発時間

午後6時10分

コース

市ウェブサイト（「ナイトウォーク」で検索）からご確認ください。

費 高校生以上 1,000円

小学生～中学生 500円

小学生未満 無料

申込方法

専用用紙を記入して、参加費を添えて申込窓口にお申込みください。

期 6月5日(月)～7月7日(金)

申込窓口

生涯スポーツ課（市民会館内）、大和・塩沢公民館、ディスプレイ南魚沼

他

・ 懐中電灯を必ず持参ください。

・ 歩きやすい服装・履きなれた運動靴でご参加ください。

・ 給水所はありません。各自で十分な水分をご用意ください。

・ ペットの同伴はご遠慮ください。

・ 駐車台数に限りがあるため、公共交通機関の利用や自家用車の乗り合い、送迎での来場にご協力ください。



ジュニアスキージャンプ 体験参加者募集

問・申 生涯スポーツ課

☎773・6630

南魚沼市の広大な自然をスキージャンプで体感してみませんか。ジャンプの指導者がサポートします。

期 6月17日(土) 午後3時～

（1時間程度の予定）

会 市営五日町ジャンツェ

（飛距離5m程度）

費 無料（傷害保険は主催者で加入。保険範囲内での補償）

期 6月16日(金)

持 アルペンスキー（エッジを丸めてもよいもの）、アルペンブーツ、ヘルメット

（レンタル可）、手袋、肌が露出しない服装

他 6月18日(日)に、第19回ジュニアジャンプ大会を午前9時15分から開催します。ぜひ、ご観戦ください。

市民のスポーツ奨励 棚村基金推奨金

問 生涯スポーツ課

☎773・6630

市では、国内外で開催される競技会（主に全国大会）に出場する市内在住の選手・団体に、推奨金を支給しています。支給基準や申請方法は、市ウェブサイトをご覧ください。 ※令和4年度奨励選手の紹介（国際大会出場と全国大会8位以内で申請のあった選手）は、21ページに掲載

令和4年度 奨励選手の紹介

(国際大会出場と全国大会8位以内で申請のあった選手)

令和4年度の支給実績 103件 1,870,000円

氏名	出場大会名	競技	成績
さとう しん たろう 佐藤進太郎	第100回全日本スキー選手権大会	アルペンスキー	大回転6位、回転6位
	第37回全日本アルペンチャンピオン大会		大回転1位
	第77回国民体育大会冬季大会スキー競技会		大回転7位
かな やま たけ し 金山武志	第27回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会	パワーリフティング	M2 83kg級 7位
なか じま とう 輝 中島瞳輝	第77回国民体育大会卓球競技	卓球	少年の部2位
なか じま い ち か 中島衣千花	第64回小学生・中学生全国空手道選手権大会	空手	組手3位
せき 関 もも こ 関桃子	第5回全国高等学校トライアスロン選手権	トライアスロン	7位
さとう かつ き 佐藤克樹	第49回全日本中学校陸上競技選手権大会	陸上	男子400m1位
	JOCジュニアオリンピックカップ 第16回U18/第53回U16陸上競技大会		U16男子150m B決勝7位
せき 関 りん たろう 関麟太郎	2022日本学生トライアスロン選手権観音寺大会	トライアスロン	4位
せき 関 なる み 関なるみ	第25回全国ヤングバレーボールクラブ男女優勝大会	バレーボール	U14女子8位
かみ むら とし き 上村敏毅	SoftBank ウィンターカップ2022	バスケットボール	ベスト8
	第75回全国高等学校バスケットボール選手権大会		
あ べ あん じゅ 阿部杏樹	ゴールドウィンFISユースジャパンカップ2023	アルペンスキー	回転7位
やま もと あま ね 山本天嶺	第96回全日本学生スキー選手権大会	アルペンスキー	大回転8位
いし だ あた る 石田暖流	第41回JSBA全日本スノーボード選手権大会	スノーボード	3位
すず き みち さだ 鈴木 教 究	JOCジュニアオリンピックカップ2023	スキージャンプ	スペシャルジャンプ8位
	全日本ジュニアスキー選手権大会		ノルディックコンバインド2位
すず き しん げん 鈴木 紳 原	JOCジュニアオリンピックカップ2023	スキージャンプ	スペシャルジャンプ7位
	全日本ジュニアスキー選手権大会		ノルディックコンバインド1位
わが た たいら 平 我田 平	2023全日本小学生選抜クロスカントリー大会	クロスカントリー	2.5kmクラシカル1位 2.5kmフリー1位
は ぶ き ゆい と 羽吹唯人	天皇杯第101回全日本スキー選手権大会	クロスカントリー	15kmフリー4位
	FISU冬季ワールドユニバーシティゲームズ2023		30kmフリー7位 4×7.5kmリレー3位
	FISU冬季ワールドユニバーシティゲームズ2023		5km×3人リレー4位
こ ばやし もえ こ 小林萌子	第96回全日本学生スキー選手権大会	クロスカントリー	5kmフリー8位 15kmクラシカル5位
やま もと まさ はる 山本大晴	天皇杯第101回全日本スキー選手権大会	クロスカントリー	15kmフリー2位 4×10kmリレー8位
わが た しゅう 柊 我田 柊	特別国民体育大会冬季大会スキー競技会	クロスカントリー	4×10kmリレー3位
	第72回全国高等学校スキー大会		10kmクラシカル6位 10kmフリー5位 4×10kmリレー2位
	第35回全国高等学校選抜スキー大会		15kmクラシカル1位 1.2kmスプリント5位
やまだ か な こ 山田佳菜子	第20回全日本スノーボード技術選手権大会	スノーボード	フリースタイル4位
かみ むら ゆう た 上村脩太	第35回全国高等学校選抜スキー大会	アルペンスキー	回転6位
ほそ や じゅん の すけ 細矢淳之介	特別国民体育大会冬季大会スキー競技会	クロスカントリー	4×10kmリレー3位
	第72回全国高等学校スキー大会		4×10kmリレー2位
き むら りつ か 木村六花	第41回JSBA全日本スノーボード選手権大会	スノーボード	3位

催し・講座・募集

くらし・相談

健康・福祉

子育て・教育

スポーツ

図書館

文化施設

掲示板

令和5年度 南魚沼市体育施設の利用団体登録

【問合せ】生涯スポーツ課
☎773・6630

体育施設利用調整会議の日程

調整期間 7月8日(土)～

11月30日(木)

※調整会議への参加
は利用団体登録が
必要です



六日町地域体育施設

☎6月6日(火) 午後7時～ 会 ディスポート南魚沼2階 アリーナ

塩沢地域体育施設

☎6月7日(水) 午後7時～ 会 塩沢公民館1階 講堂

大和地域体育施設

☎6月8日(木) 午後7時～ 会 大和公民館2階 大会議室



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

6月の休館日

毎週月曜日

〒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 スポパラ☎773・3210

夏期営業 プール監視員 (高校生・学生・一般) 募集中

※詳しくは、お問い合わせください

ナイトフィットネス

期 7月6日～8月24日の木曜日 (全8回)

19:00～20:00

対 16歳以上 定 25人 (先着順)

費 会員：2,400円、一般：3,600円

ナイトヨガ (パワー)

期 7月7日～9月1日の金曜日 (8月11日を除く全8回)

19:00～20:00

対 16歳以上 定 30人 (先着順)

費 会員：2,400円、一般：3,600円

第3期 ベビーマッサージ

期 7月27日～8月31日の木曜日 (8月10日を除く全5回)

10:30～12:00

対 生後2か月～ハイハイ前の乳児と母親 定 5組 (先着順)

費 会員新規：無料、会員再受講：3,000円

一般：4,500円

※別途、材料費500円が必要

デイリーアクア (アクアエクササイズ)

期 7月11日(火)～14日(金) (全4回)

10:00～11:00

対 16歳以上 定 40人 (先着順)

費 会員：1,000円、一般：2,000円

水泳フォーム撮影会

期 7月15日(土) 11:00～12:00

対 16歳以上 (クロールで25m以上泳げる人)

定 6人 (先着順)

費 会員：無料、一般：500円

共通事項

受付開始 6月6日(火) 9:00～

保険料 年会費や受講料に含まれます。

(参加する教室のみ有効)

申 ディスポート南魚沼

※ディスポートに設置の申込書に、料金を添えてお申し込みください。各教室とも定員に達し次第締め切り (電話での申込み不可)

スラックライン講習会

☎6月21日(水) 17:30～18:30 ※雨天中止

対 だれでも (未就学児の場合は、保護者の付き添いが必要)

定 10人 (先着順)

費 会員新規：無料、会員再受講・一般：200円

※別途、施設利用料100円が必要 (定期券可)

持 運動着、運動靴、タオル、飲み物

共通事項 申 ディスポート南魚沼 (電話申し込み可)

トレーニングマシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンの使い方説明会です。マシンはだれでも簡単に利用できます。

☎6月18日(日) 12:00～13:30

対 中学生以上 定 6人 (先着順)

費 会員：無料、一般：200円

※施設利用料300円が別途必要

(定期券可)

持 運動着、室内用運動靴、タオル、飲み物

図書館



問・申南魚沼市図書館
☎773・6677

6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)

大和 ☎777・4671 火～日・祝 9:00～19:00 休館 月曜日
塩沢 ☎782・0100 9:00～20:00 (月・土・日・祝 17:00まで)

テーマ展示

「歯と口の健康週間」「食育月間」「環境月間」「父の日」「6月のくらし」など。

読書のつどい

日 6月17日(土) 10:30～11:00、11:15～11:45

会 図書館 多目的室 対 幼児・小学生・保護者ほか

テーマ「雨の日をたのしもう」

内 大型絵本「ぴょーん」など 定 50人 (先着順)

プラチナ企画 DVD上映会

講演師 神田松之丞 まつのじょう

日 6月8日(木) 10:00～11:50 (110分)

会 図書館 多目的室 対 一般・高齢者

定 50人 (先着順)

DVD上映会

わくわくDVD図鑑3 いろいろな建設車編

日 6月24日(土) 10:30～10:50 (20分)

会 図書館 多目的室 対 子ども・一般

定 50人 (先着順)

開館9周年記念 マジックと音楽と絵本のコンサート

ミュージシャン&マジシャン&翻訳家の大友剛さん(「ねこのピート」「えがないえほん」翻訳多数)の楽しいコンサート

日 7月9日(日) 受付 13:30、開演 14:00～(75分) 会 図書館 多目的室 対 幼児～小学2年生と保護者

定 30組 (申込み多数の場合は抽選) 申 電話か直接図書館にお申し込みください。 6月18日(日)

新着図書の一部を紹介 ※新着図書は館内か、Web OPACで確認できます

《よみもの》

- ・茜唄 上・下
- ・文豪、社長になる
- ・署長シンドローム
- ・とりどりみどり
- ・ザ・ミッション
- ・新・教場
- ・日本ゲートウェイ
- ・忍びの副業 上・下
- ・魔女と過ごした七日間
- ・ミライの源氏物語
- ・うたかたモザイク
- ・SGU警視庁特別銃装班
- ・ユーチューバー
- ・ロウ・アンド・ロウ
- ・花だいこん
- ・からだの美
- ・月と散文

- 今村 翔吾
- 門井 慶喜
- 今野 敏
- 西條 奈加
- 堂場 瞬一
- 長岡 弘樹
- 楡 周平
- 畠中 恵
- 東野 圭吾
- 山崎 ナオコーラ
- 一穂 ミチ
- 沖方 丁
- 村上 龍
- 村山 由佳
- 山本 一力
- 小川 洋子
- 又吉 直樹

《その他》

- ・牧野富太郎の植物図鑑 高知県立牧野植物園
- ・新食育入門 服部 幸應
- ・地震・台風時に動けるガイド 辻 直美
- ・アウトドア六法 中島 慶二
- ・ランプシェード 松岡 享子
- ・おりたたみ自転車と旅しています 星井 さえこ
- ・子どもの語彙力の育て方 齋藤 孝
- ・替女の世界を旅する 大山 真人
- ・親子で楽しむ星空の教科書 渡部 潤一
- ・50歳から老けない人の歯の習慣 武内 博朗
- ・地球のために今日から始めるエコシフト15 箕輪 弥生
- ・母の味、だいたい伝授 阿川 佐和子
- ・最新農業の動向としくみがよ～くわかる本 中村 恵二
- ・暮らしに寄りそう庭づくり新しい植物図鑑 松田 行弘
- ・コンテナから読む世界経済 松田 琢磨

おはなしのじかん

日 6月4日(日) 11:00～11:30

会 図書館 児童コーナー 対 乳幼児・保護者ほか

絵本のへや

日 毎週水曜日 11:00～11:30

会 図書館 児童コーナー 対 乳幼児・保護者

内 パネルシアター「いないいないばあ」など、乳幼児向けの絵本の読みきかせ。

幼児親子おはなしの会「えほんであそぼ」

スタンプとお花紙を使ってキラキラ星飾りをつくらう!

日 6月23日(金) 10:00～11:30

会 大和公民館

対 乳幼児・保護者 費 無料

内 手袋人形、絵本、パネルシアター、工作など

巡回図書をご利用ください

- ・塩沢図書室 5月18日(木)に200冊入れ替えました。
- ・大和図書室 6月15日(木)に入れ替え予定です。

文化施設



鈴木牧之記念館

開館 9:00~16:30

6月の休館 毎週火曜日



☎・F782・9860

費大人500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

北越雪譜いろはかるたから

「ゑひもせす」の「せ」

雪花図は 雪の結晶

天の知らせ

顕微鏡を使って雪の結晶を観察した「雪の殿様」土井利位は、『雪華図説』という本を著します。牧之は、その本から選んだ図を『北越雪譜』で紹介しました。



今泉記念館アートステーション

開館 9:00~17:00 (入館16:30まで)

6月臨時休館 16日(金)~19日(月)



☎783・4500 F783・3388

費一般500円/小中高250円

特別展 田中コレクションに見る「棟方志功の世界」

~棟方志功生誕120周年記念 全収蔵作品144点

一挙公開~

期 11月5日(日)まで

棟方志功生誕120周年を記念して、当館所蔵の棟方志功作品を特別大公開。当館で展示したことのない作品もすべて公開します。

南国の摩訶不思議な世界 (セピックアート)

パプアニューギニアを中心とする南太平洋地域は、各島で独自の文化を発達させてきました。今では、パプアニューギニアからの持ち出しが禁止されている、貴重な民族美術のコレクションを多数展示します。

池田記念美術館

開館 9:00~17:00 (入館終了16:30)

6月の休館 毎週水曜日、1日(木)、2日(金)



☎780・4080 F777・3815

費一般500円/高校生以下無料

日本版画協会《八色の森》巡回展

期 6月3日(土)~7月9日(日)

日本を代表する版画家が結集し、現代版画の発展に貢献する日本版画協会の会員巡回展。第89回版画展に出品された中から厳選された作品87点を紹介します。また、「第22回はんが甲子園」の受賞作品も合同展示します。

南魚沼市民会館

受付 8:30~17:15

6月の休館 毎週月曜日



☎773・5500 F772・8161

南魚沼市民会館 開館35周年記念

宝くじふるさとワクワク劇場 in 南魚沼

とびきりのお笑いをお届けします。豪華・多彩“爆笑”の幕が開く!!

(出演予定:林家正蔵、吉本新喜劇メンバー、オーディションで合格した市民のみなさん 他)

日 9月10日(日) 開場13:00 (開演14:00)

会 市民会館 大ホール

チケット

全席自由 2,000円

(当日2,500円)

※3歳未満ひざ上無料。

座席を使用する場合は有料

他 6月25日(日)から市民会館・プレイガイドでチケットを販売。

※本公演は宝くじの助成による特別料金のため、賛助会員の割引特典、先行発売はありません



トミオカホワイト美術館

開館 9:00~17:00 (入館終了16:30)

6月の休館 毎週水曜日



☎775・3646 F775・3650

費一般500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

市民無料の日: 8日(木)、18日(日)

富岡惣一郎「白の軌跡」

期 7月18日(火)まで

初期から晩年までの作品36点と信濃川取材時のデッサンを展示しています。

ギャラリー展「清水俊 版画展」

期 6月1日(土) 10:30~30日(金) 16:30

上越市在住の版画家 清水俊さんによる作品の展示販売。(観覧無料)

多肉植物寄せ植え体験 参加者募集

日 6月18日(日) 10:00~11:30

定 8人 対 中学生以上

費 2,500円

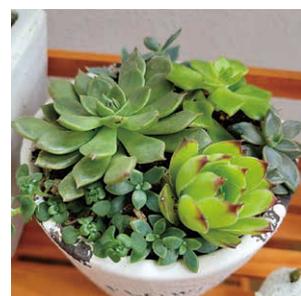
(材料費込み)

持 園芸用手袋かゴム手袋

講 Agréable

(アグレアブル)

申 電話でお申し込みください。



催し・講座・募集

くらし・相談

健康・福祉

子育て・教育

スポーツ

図書館

文化施設

掲示板

掲示板



交付金対象作物の

現地確認を実施します

閩南魚沼市農業再生協議会
☎773・3231

各農家が作成した水稻生産実施計画書に基づき、経営所得安定対策などの交付金対象作物の作付が適正に行われているか、現地で確認します。

確認の際、農地以外の私有地に立ち入る場合があります。ご理解ご協力をお願いします。

期 6月下旬～9月中旬
※月々金曜日の日中に実施
作業実施機関

農業再生協議会、南魚沼市、J Aみなみ魚沼

小規模土地基盤(畦拔)整備事業の受付開始

閩・申農林課 農業振興係
☎773・6663

地域の中心となる担い手(人・農地プランに記載さ

れた農業者)や認定農業者などが、効率的な農作業を行うために実施する小規模水田の畦拔事業の経費を補助します。

対 交付決定日(令和6年3月31日(日))に、蕨神・大巻・六日町・塩沢・石打地区内の「田」地目で登記されている農地で行う整備(地区外の場合は要相談)

※土地改良法に基づく場合整備事業の完了年度の翌年度から起算して8年を経過していない場合や、事業が予定されている場合は対象外

補助額 事業費の1/2以内(限度額40万円)

申 事業申込書と見積書を農林課にご提出ください。(申込書は農林課で配布)

期 6月23日(金)

他 申込み多数の場合は、地域の中心となる担い手を優先して採択します。採択後に、交付申請書を土地改良区経由で農林課にご提出ください。

6月は環境月間です

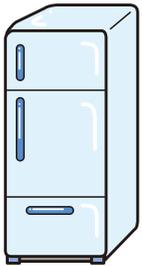
環境交通課

☎773・6666

環境省では毎年6月を環境月間と定めています。地球温暖化やプラスチックごみの海洋汚染など目に見えない環境問題が年々進行しています。世界規模の環境問題に対しても一人ひとりの行動が積み重なれば大きな防止効果につながります。大量消費の習慣を見直し、各家庭から地球にやさしい生活を心がけましょう。

今日からできる地球にやさしいアクション

熱いものを冷まさずに冷蔵庫に入れると庫内の温度が上昇し、再度冷やすエネルギーが必要になります。冷蔵庫には冷ましてから保存するよう心がけましょう。冷蔵庫の使い方を見直して、無理のない範囲で省エネルギーに取り組みしましょう。



地域づくり協議会の取り組みを紹介します ～シリーズ⑫～

【問合せ】 U&Iときめき課 ふるさと創り班 ☎773・6659

蕨神地区地域づくり協議会

蕨神地区地域づくり協議会では、地区の住民みんなの総力で地域の特性を活かしながら、活性化を進めています。また、住民同士の連帯を深め、安心して安全な社会、そして美しい環境づくりをめざすために活動しています。活動の一部を紹介します。

蕨神のこれからの姿を創る

新型コロナウイルスによる影響が変わりつつある今、地区の活性化の推進や課題を解決するために、蕨神地区の“これからの姿”の検討を進めています。



小学校での音楽授業

地区内の蕨神小学校の音楽授業の一環として、雅楽の演奏会を行いました。笙や太鼓などの楽器の説明を聞き、実際に見たり触ったりと貴重な経験になっています。



活動などの問合せ

蕨神地区地域づくり協議会 [一村尾2921]
☎777・4862 F777・2292
✉yabukami@alpha.ocn.ne.jp

※地域づくり協議会は、市内に活動拠点となる12の地区センターを置き、住民主体のまちづくりを推進するため、安心・安全な社会や美しい環境づくりをめざした地域コミュニティ活性化事業に取り組んでいます

5月3日(水・祝) 令和5年度 南魚沼市成人式を開催しました

南魚沼市民会館を会場に令和5年度成人式を開催し、大和地域101人、六日町地域188人、塩沢地域113人の計402人の新成人が参加しました。令和2年度～4年度成人式は新型コロナウイルスの影響で開催時期の延期や、地域別で式典が行われましたが、今年度は通常開催となりました。

式典で、新成人代表の井口さんは、「今まで多くの人に支えられ、守られてきた感謝を忘れず、それぞれの道で一步一步、歩んでいきたいと思います」と成人としての抱負を話しました。

また、高橋マサエさん（高千代酒造株式会社 取締役会長）から市に寄贈いただいた電子オルガンを使用し、南魚沼市交流大使で音楽家の橘光一さんが新たな門出を祝した曲を演奏しました。

会場は成人の喜びや久しぶりに会う同級生との再会で、笑顔に包まれていました。



5月4日(木・祝) 舞子大山組 卯年大祭が開催されました

中之島地区の舞子・万条・大原・五丁歩・姥島・論丸・坪池・五郎丸・中子・徳田の10行政区で、12年に1度（卯年）に行われる「舞子大山組 卯年大祭」が行われました。

卯年大祭の起源はさまざまありますが、多くは無業息災・五穀豊穰・家内安全・地域活性の祈願として、江戸時代に初めて行われたと伝えられています。

この日は晴天に恵まれ、沿道では大勢の見学者でにぎわいました。（写真撮影：市民カメラマン 竹内雅之）



南魚沼市地域おこし協力隊日記

【問合せ】U&Iときめき課 ふるさと創り班 ☎773・6659

「地域おこし協力隊」とは

都市部から意欲ある人材を隊員として任用し、地域に在住しながら、地域力の維持や強化を図ることを目的としています。

地域おこし協力隊の活動やみなさんに知ってほしい地域の情報などを紹介するコーナーがスタートします。今回は、担当する2人を紹介します。

地域の活性化のために、地域おこし協力隊員を任命しました

4月4日(火)、市で地域おこし協力隊として活動する隊員への委嘱状交付式が行われ、令和4年11月から継続して活動している坂本利文さんと、新規採用となった田中晴樹さんの2人に委嘱されました。

林市長は、「数年前には考えられなかった若い力が市内に集まってきていて、明るい方向に進むと確信しています。地域おこし協力隊もどんどん増やしていきたいと考えています。先駆者として頑張ってください」と激励しました。

地域おこし協力隊委嘱状交付式



坂本さんのコメント

令和4年11月に南魚沼市

地域おこし協力隊員に着任しました坂本利文です。出身は埼玉県朝霞市です。前職を退職して、友人からの紹介で応募しました。

浦佐地区に着任し、地区のイベントを手伝いながら、今まで経験したことのない、雪国の暮らしを体験しています。4月から雪国おくにじまん会館内に開店したカフェに併設している産直市場の運営を担当しており、こちらも完全に未経験の事なので挑戦と失敗を繰り返しています。勉強しながら活動していきますので、浦佐に来た際にはぜひ「雪国おくにじまん会館」におこしください。

としひみ 坂本利文さん

活動地域

浦佐地区を中心に活動

(拠点：浦佐地域づくり協議会)



田中さんのコメント

令和5年4月から大学を休学し、南魚沼市地域おこし協力隊員になりました田中晴樹です。兵庫県尼崎市出身ですが、島根県の離島で高校3年間を過ごし、地域創生に興味をもち、東京の大正大学地域創生学部に進学しました。その後、大学の地方実習によって南魚沼に関わるようになりました。

今後は主に、一般社団法人愛・南魚沼みらい塾で行っている中高生の探究活動を通じた人材育成「You Keyプロジェクト」や「ふるさとワーキングホリデー(※)」などを通じた首都圏の大学生と南魚沼をつなぐ活動を行っていきます。

(※) 都市部の人たちなどが一定期間地方に滞在し、働いて収入を得ながら、地域住民との交流や学びの場などを通じて地域での暮らしを体感する事業(総務省事業)

はるき 田中晴樹さん

活動地域

市内全域予定

(拠点：一般社団法人愛・南魚沼みらい塾)



ふるやつの味

ここにかけて、まさかの新型コロナウイルス感染症で公務は全部キャンセルとなってしまった大型連休。成人式など多くの行事に出席できず、誠に申し訳なく思っています。

療養期間中、つらかった症状が快方に向かうと、現金にも今度は時間を持って余すように。たまっていた新聞を読みだすと新潟日報一面のコラム「日報抄」に目が留まりました。魚沼の山菜「木の芽」の話。かの文豪 開高健も「上品な苦み」を至上の味と絶賛していた、と。自分が褒められているようなられしさと同時にあることを思い出しました。

今年も行けませんでした。毎年4月29日～5月3日に山形県米沢市で開催される米沢上杉まつりに、来賓として歴史親善友好都市の代表数名が招かれます。南魚沼市は、米沢藩初代藩主の上杉景勝公と重臣 直江兼続公の生誕の地。祝宴の席では上越市長や会津若松市長などと同席の榮に浴しますが、ある時、「この地に落ち着いたお殿様たちは、癒された面もあったでしょうねえ」と言う私に「どんなところが？」

と米沢市長。「いつも思うのですが、当市と季節感がまったく同じなんです。草花の芽吹き具合や山の色、高山の残雪。魚沼と寸分違わない。私が見間違えうくらい」「この辺では木の芽は食べますか？」と続けると、居合わせた他の市長達は「何それ？」という顔をされたが、米沢市長だけが「あれはうまい」と間髪入れずに答えられた。この辺では米沢地域しか食べませんが、とも。関ヶ原の戦い後の米沢移封前の領地だった会津では食べないという。米沢に食文化が伝承されたのかなど酒問の話題になった次第。

話は変わりますが、この春、3年ぶりに当市出身のみなさんの首都圏会の総会も開催。久しぶりの面々にお会いできました。「市長に食べさせてやろうと思っ取ってきた」と4月の初めで、まだ南魚沼では摘めない木の芽を会場に。お一人は川崎、もう一人は千葉の人。「おらどこの木の芽はなじやだ？」と。気になる苦みの強さよりも、心遣いへの感謝と2人の故郷への思いに「うんめーない」。ふるさとを離れた人ほどその思いは強いものなのかもしれない。

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

ウガンダ共和国 アリニトウエ ブレンダ さん

シリーズ
第122回



私の国はこんなところ

ウガンダは自然豊かな国で、「アフリカの真珠」と呼ばれています。英語が公用語ですが、50の民族がそれぞれの言語をもっています。観光の魅力はもちろん豊かな自然です。万年雪を頂くルウェンゾリ山地やビクトリア湖が有名で、チンパンジーなどの野生動物や珍しい鳥類を見ることができます。また、マウンテンゴリラの生息地であるブウィンディ原生国立公園や、高さ43mの滝、カバなど野生動物のいるマーチソンフォールズ国立公園もあります。主食のマトケ（青バナナ）は国内で広く栽培されていて、シチューと一緒に食べます。



南魚沼市に住んで感じたこと

南魚沼での思い出は、友人とよく早朝にウォーキングをしたことです。冬は歩けませんでした。季節の移ろいを楽しみました。大都会特有の喧騒がなく、穏やかで静かなこの街の環境は離れがたいほど好きです。

編集後記

人事異動で4月から現在の部署となりました。早く仕事に慣れなければと、悪戦苦闘の日々で、気づけば2か月が過ぎていました。ここでリフレッシュということで、6月は時間を作って、市内の温泉を「お湯印帳」で巡りたいと思っています。(T. H)

今月の表紙

5月14日(日)、大原運動公園ペーマガスタジアムで市内中学校野球部を対象に、阪神タイガースOBの掛布雅之さん、読売ジャイアンツOBの岡崎郁さんによる野球教室を開催しました。参加者は元プロ野球選手から直接受けるレッスンを、楽しみながらも真剣に話を聞いていました。

市民の動き 令和5年4月末日現在 ()は対前月比

●人口 53,625人(-40) / 男 26,258人(-6) 女 27,367人(-34) ●世帯数 20,295戸(+8)