



# 市報 みなみ魚沼

2006  
2.1  
第15

なんだ  
この壁!



## 人口の動き

〈平成17年12月31日現在〉

人口……63,163人(-20)  
●男……30,955(-32)  
●女……32,208(+12)  
世帯数……………18,571

## おもな内容

## CONTENTS

- 大雪警戒体制……………2・3
- 南魚沼市雪まつり・しおざわ雪譜まつり…4・5
- 各課からのお知らせ……………6・7
- 掲示板&伝言板……………8~10
- Newsプラザ……………11・12
- まなびのひろば……………13~16
- 健康ひろば……………17~19

# 南魚沼市内 大雪警戒体制継続中!

## 除雪作業の安全確保と 健康管理をしっかりと!

今冬の記録的な豪雪により、屋根の雪おろしの際の転落や、除雪中における死亡・重傷事故が数多く発生しています。

また、過労による体調不良の方も増えています。皆さんも健康管理や安全管理を行って、次のことに十分ご注意ください。

- 屋根の雪おろしをするときは、昇り降りや足場に十分注意し作業を行いましょう。ロープ等による体の固定やヘルメット着用、長靴にすべり止めやかんじきをつけるなどして、安全管理を徹底しましょう。
- 夜間作業や一人での作業はしないようにしましょう。
- 雪止めのない屋根や落雪式屋根には上がらないように、また屋根の下での作業は避けましょう。
- 除雪作業中の車両には近づかないようにしましょう。

● 小型除雪機械の回転部分に触れないよう注意しましょう。故障した際の確認は、必ず機械を停止してから行いましょう。

● 除雪作業を行う際には、温かい服装で、休憩時間を確保しながら行いましょう。

● 疲労時や寝不足時には無理な作業をせず、心臓等への負担を避けましょう。また、除雪後の健康管理に十分注意しましょう。

- 除雪作業の際には、ケガや健康管理に十分注意しましょう。
- 凍結した路面では転倒の危険性があります。注意して歩きましょう。
- 雪の重みで倒壊しそうな建物を発見したときは、決して近寄らず、豪雪災害対策本部、消防、警察に通報しましょう。
- 気象情報等に十分注意し、大雪警報等が発表された場合には、なるべく外出を控えましょう。



## 地域で支え合いましょう

- 屋根の一斉雪おろしなど、地域ぐるみで連携して、効率的な除雪をしましょう。
- 一人暮らしの老人宅の除雪などボランティア活動にご参加ください。また日ごろから声を掛けるなどのご協力をお願いします。おかしいなど感じたら、市役所や消防本部にご連絡ください。
- 生活道路や歩道など児童の通学路、バス停付近、防火水槽や消火栓、用水路付近の除排雪にもご協力をお願いします。
- 道路への雪の投げ捨てはやめましょう。

## 雪崩に警戒を

- 大雪の後の寒気のゆるみなどで、雪崩が発生しやすい状態です。
- 雪崩による道路閉塞、融雪による洪水や土砂災害に厳重な警戒が必要です。
- 最新の気象情報を確認し、雪崩等の前兆に十分ご注意ください。
- 雪崩災害から大切な命を守るためには、危険な場所を知り、近づかないことが重要です。
- 災害等が発生したときやその前兆などを発見した場合は、速やかにご連絡ください。

災害に関する連絡・問合せ先

南魚沼市豪雪災害対策本部

● 総務課（本庁舎）

☎ 773-6660

FAX 772-3055

● 大和地域課

☎ 777-3111

FAX 777-5511

● 塩沢地域課

☎ 782-0250

FAX 782-4753

## 外出時のお願い (交通事故に注意)

- 車の上に積もった雪は、しっかりと取り除いてから運転しましょう。
- 路上駐車は、道路除雪作業や緊急時の消防車等の通行の妨げになりますので、絶対にやめましょう。
- 除雪作業中の車両には、十分注意して通行しましょう。

## 電線の切断や 灯油タンクの破損

- 倒木などにより切断された電線には絶対にさわらないようにしましょう。
- 東北電力魚沼営業所にご連絡ください。
- 灯油等のタンクやガスボンベ付近で雪おろしなどの除雪を行う際は、タンク等を破損しないよう気をつけましょう。また、タンク等を破損し、

危険物の漏洩の恐れがあるときは、応急措置を講じ、速やかに消防署および納業者まで連絡しましょう。

### ■ 連絡・問合せ先

- 東北電力

コールセンター

【24時間受付】

☎ 0120-

175-366

- 魚沼消防本部・署

☎ 782-9119

FAX 782-1989

- 魚沼消防署大和分署

☎ 779-4600

FAX 779-4602

## 雪捨て場を 設置しています

### 塩沢地域

- 魚野川 前島橋上下流左岸  
(上十日町地内)

- 魚野川 五十嵐橋上流右岸  
(石打地内)

- 魚野川 旭橋下流左岸  
(島新田地内)

- 魚野川 左岸今泉博物館裏  
(下一日市地内)

### 六日町地域

- 魚野川 坂戸橋上流左岸

- 魚野川 城巻橋下流右岸  
(泉新田地内)

### 大和地域

- 水無川 水無川橋下流左岸  
(ウッドタウン八色団地裏)

- 魚野川 大和橋下流左岸  
(九日町地内)

※雪捨て場に捨てられるものは雪だけです。ゴミ等は絶対に捨てないでください。

雪捨て場の利用時間や使用方法など、不明な点はお問い合わせください。

## 健康に関する相談窓口

- 建設課上下水道課塩沢分室  
☎ 782-2441
- 建設課(六日町地域)  
☎ 773-6674
- 建設課大和分室  
☎ 777-3114

### 健康に関する相談

- 保健課(大和地域)

☎ 777-3850

- 保健課 六日町保健係

☎ 773-6662

- 保健課 塩沢保健係

☎ 782-4031

### 介護に関する相談

- 大和在宅介護支援センター

☎ 777-2111

- 城内在宅介護支援センター

☎ 775-2109

- 塩沢在宅介護支援センター

☎ 782-0252

### ■ ところのケアホットライン

- 相談担当

新潟県精神福祉センター職員

FAX 0120-913-600

☎ 025-281-5773

第56回 新潟県南魚沼市

六日町・大和町・塩沢町 合併記念

2月11日(土)

正午～午後9時30分

12日(日)

午前10時～午後9時

# 雪まつり

〔会場〕六日町小学校脇魚野川河川敷

(雪まつり特設会場)

雪まつりに関するお問い合わせ

南魚沼市雪まつり実行委員会

☎772-7171

シャトルバスをご利用ください！

(雪まつり会場付近は)

駐車場が込み合います)

**フェニックス南魚沼  
打ち上げ協賛募集中!!**

昨年8月、長岡まつりでは「震災復興祈願花火フェニックス」を打ち上げ、大きな感動を与え反響を呼びました。これを新潟県の「復興ブランド」に育て上げたいとの思いから、このたび、「震災復興祈願花火フェニックス南魚沼」を打ち上げることとなりました。実施にあたり、皆さまのあたたかいご協力をお願いいたします。

■ 打上日時 2月12日(日)

午後8時55分ごろ(予定)

■ 協賛募集(何口でも可)

● 個人 1口 500円から

● 会社・法人 1口10,000円から

■ 問合せ

フェニックス南魚沼実行委員会

(雪国青年会議所内)

☎772-7937

(株)魚沼食品流通センターほか臨時駐車場からの無料シャトルバス、六日町駅からの無料ボンネットシャトルバス、越後湯沢駅・浦佐駅と市民会館を結ぶワンコインシャトルバスをご利用願います。市民会館駐車場は、バスの発着所となりますので駐車スペースが限られます。

【詳細は、1月1日号折り込みの雪まつり情報をご覧ください】



**ふるさとふれあい店出店者募集**

■ 出店料 17,000円

■ 出店数 20～25店

■ 締切り 2月6日(月)

■ 問合せ 六日町商工会

☎772-2590

## かまくらまつり

2月13日(月)～16日(木)

午後8時～午後9時

かまくらの中では、地元旅館の女将(おかみ)が、雪国ならではの角巻を着て「昔語り」。もちや地酒がサービスされ、さらに「雪あねさ鍋」の味見ができ、おなかもほっこり温まります。また、真っ白な「雪女」がひよっこり訪れるかも!?

夜店ではまいたけのけんちゃん汁などのサービスもあります。

## 雪女大募集!

かまくらまつりで

雪女に変身してみませんか?

変身願望のある方、皆をあつと言わせた方、美しくなりたい方など、ぜひご参加ください。

ご協力いただいた方には、六日町温泉旅館組合より粗品を進呈します。

■ 期日 2月13日(月)～16日(木)

午後8時～9時

(1日だけでも結構です)

■ 会場 かまくらまつり会場

※衣装、メイク、着付けは係にお任せください。

■ 問合せ 南魚沼市観光協会

☎772-7171



二夜連続、豪華ゲストの楽しいステージ!!  
12日には、震災復興祈願花火「フェニックス南魚沼」の打ち上げ!!

第22回

新潟県南魚沼市

# 雪譜まつり

# しおざわ



北越雪譜の著者  
鈴木牧之を顕彰し、  
雪国文化を継承する  
まつりです。

平成18年

2月18日(土)

〔第3土曜日〕

## イベント会場

〔主会場〕 鈴木牧之記念館前

ふれあい広場

午後2時～  
●滑り台・特産品販売・大鍋

午後3時～  
●書道展・塩沢織物展示

午後5時～  
●子ども餅まき

午後5時～  
●かまくらサービス

午後5時～  
●百八灯大護摩

●山伏による問答大護摩(予定)

随時  
●民話の語り部

午後7時～  
●雪中歌舞伎(20分)

●餅まき

●民話または音楽

午後8時45分 終了

## 〔水行会場〕

午前10時～  
●南魚沼市清水 火生の滝

## 〔地歌舞伎会場〕

午後2時～  
●勤労者体育館

公演内容

●源平布引の滝 実盛物語

(塩沢歌舞伎保存会)

問合せ 塩沢町商工会

☎ 782-11206

## 〔市街会場〕 南魚沼市塩沢市街

●雪像作り

地歌舞伎



※行事内容は、一部変更となる  
ことがあります。



かまくらサービス

雪譜まつりに関するお問い合わせ／塩沢町商工会 ☎782-1206 URL <http://www.ijjnet.or.jp/shiozawa/>

2月6日発送(予定)

## 住民税申告書を提出してください

この申告は、市民税・県民税の住民税のほか、国民健康保険税や介護保険料の申告も兼ねています。また各種の軽減制度など、行政サービスを受ける際の必要資料ともなりますので、申告書が届きましたら、所得の有無に関わらず必ず申告(提出)してください。

平成18年度の住民税・国保税等は、平成17年分の所得をもって算出します。

申告書の用紙は、青色の封筒で世帯ごとに郵送します。本年1月1日時点で南魚沼市に住民登録があった方で、世帯主の方と18歳以上70歳未満の方全員に送付します。

年末調整済みの方、所得税の確定申告をされる方、収入がない方であっても、申告書に押印のうえ、「年末調整済欄」「確定申告済欄」に○印(年末調整済みの方は氏名欄右の勤務先欄に事業所名等記入)、「所得がなかった方の記入欄」に該当事項を記入して、各庁舎の税務課に提出してください。

また、申告書が送付されない18歳未満の方や70歳以上の方で申告の必要な所得がある方、後日「所得証明書」等が必要となる方や1月1日以降に12月31日以前までさかのぼって転入届を出された方で申告書の届いていない方は、お問い合わせいただくか、各庁舎の税務課窓口までおこしください。

## 少しはこうすれば 早い 確定申告のコツ

税務課周辺が込み合う時期になります。少しでも手際よく申告を済ませるためのポイントをご紹介します。

区分	申告時のポイント	必要書類
事業所得 (農業含む)	白色申告の方でも収支内訳書が必要です。 事前に自宅で記載しておけば申告会場でスムーズに受付できます。 収支計算の農業所得申告は、事前に「収支内訳書」を記載してから会場におこしください。 不明な点は、申告開始前に市役所やJAに相談しましょう。	収支内訳書 など
給与所得	現在お勤めの事業所以外(前の職場や市役所など)からも源泉徴収票が届いていませんか。 あれば申告が必要な場合があります。また、還付を受ける場合には、すべての所得の申告が必要です。金額の多少にかかわらず、すべての源泉徴収票を持参ください。	源泉徴収票 など
不動産所得	固定資産税額を控除対象とする場合には、昨年5月に発送されている固定資産税の課税明細書を参照ください。来庁時に税務課で地番や税額を調べると、待ち時間が長くなってしまいます。	収支内訳書 など
譲渡所得	土地や建物の売却などで得られる譲渡所得の申告には、「譲渡所得の内訳書」が必要となります。用紙は、各庁舎の税務課にあります。 ※公共取引の特別控除は、申告しなければ適用されません。	譲渡所得の内訳書/特別控除証明書(公共譲渡) など
医療費控除	平成17年1月1日～12月31日の領収日付の医療費等の支払いに限られます。個人ごとに集計し、任意の明細書を作成しておきましょう。 ※予防接種、人間ドック、健康診断(診断の結果重大な疾病が発見され、引き続きその治療をした場合などを除く)や健康増進に係る経費は医療費控除の対象とはなりません。	領収書/源泉徴収票/個人別の集計メモ/申告者の還付先口座番号控えなど
住宅取得控除	新規に住宅取得控除を受ける場合、説明会(2月6日開催、詳細1月15日号)に出席するなどして申告前に関係書類を作成しておいてください。書類が整っていないと、その日のうちに申告が完了できない場合があります。また、添付書類として必要な登記簿謄本は、事前に法務局で交付を受けましょう。申告期間中は法務局も混み合います。	1月15日号の「市報みなみ魚沼」をご覧ください。

※すべての申告において、印鑑と給与等の支払いを受けたすべての源泉徴収票をお持ちください。所得控除したい生命・損害保険料や国民年金保険料等がある場合にはその支払証明書を必ず持参ください。(当該保険料額が源泉票に金額明記の場合は不要)

### 自分で書けば待ち時間は ありません!

2月5日に市役所各庁舎で「確定申告書の書き方教室」を開催します。(詳細は市報1月15日号参照)  
※昨年と同様の申告内容であれば、昨年の控えを参考に書き、各庁舎の投函箱に入れるだけ。

業者などに屋根除雪等を依頼し費用を支出した場合、支出した金額から補助金等を控除した額のうち、5万円を超えた額が雑損控除の対象となる場合があります。領収書(平成17年1月から12月まで)をご用意ください。(家族などへの支出は認められません)

# 平成18年度 新潟県交通災害共済の 加入申込受付が始まります！

平成17年度新潟県交通災害共済の共済期間は、平成18年3月31日をもって終了します。  
平成18年度分は、今後、行政区長等を通じて加入申込を受け付けます。どうぞ、ご家族そろってご加入ください。

## 交通災害共済とは

会員が交通事故にあわれた場合、市町村として救済対策を講じることを目的とした、県民相互救済の制度です。

重度後遺障害および死亡被災した際に、最高120万円の見舞金が支払われます。

## 加入条件は？

市内にお住まいの方、またはその家族と生計を一にし、市外に単身赴任している方や学生の方も加入できます。

ただし、家族であっても県外に就職し、独立して生計を維持している方は加入できません。

## 会費は？

年間一人500円です。途中加入についても同額です。

## 共済期間は？

平成18年4月1日から平成19年3月31日までの期間です。

4月1日以降でも加入できますが、金融機関に会費を納めた翌日から共済期間となります。会費納入日に交通災害にあっても、見舞金の対象にはなりませんのでご注意ください。

### ●南魚沼市における見舞金請求内訳●

平成17年度実績（平成17年12月31日現在）

加入者数(加入率)	見舞金請求件数	見舞金支給額
49,005人(78%)	81件	11,822,000円

## 申込方法は？

行政区長等を通じて加入申込用紙（はがき）を配布します。取りまとめをしていただく区長等を通じて申し込んでください。

申し込みをされた方は、3月31日（金）までに加入申込用紙の氏名、金額を確認し、直接市内の金融機関に持参して会費を納めてください。

加入申込用紙をなくされた方や転入されてきた方は、次の場所に申込用紙とパンフレットを用意してありますので、お問い合わせください。

●本庁舎 市民課

☎ 773-6661

●大和庁舎 大和地域課

☎ 777-3111

●塩沢庁舎 環境課

☎ 782-2440



## 冬の道路は より慎重に！

冬は、雪や寒さで道路環境が大きく変わり、圧雪・凍結路は非常に滑りやすくなります。

車を運転する方は、冬道では速度を落とし、より慎重な運転心がけてください。

歩行者は、近づいてくる車が見えるよう、必ず道路の右側を歩きましょう。また、ポケットに手を入れて歩くのは非常に危険です。滑って自ら転倒し負傷するだけでなく、とっさの危険回避ができなくなりしますので注意しましょう。



- 速度を十分に落とし、車間距離を通常の2倍以上とって走行する。
- 急発進・急ブレーキ・急ハンドルなどの「急」のつく運転は、スリップの原因になるので絶対にしない。
- カーブや交差点の手前では、必ず速度を落とし、ギアチェンジやブレーキ操作をしない。

# 掲示板

## 市からのお知らせ

- 問：問い合わせ 申：申し込み 日：日時 場：会場  
 期：期間 時：時間 対：対象 資：資格 定：定員  
 ￥：費用 ㊦：締切 内：内容 講：講師  
 本：本庁舎 大：大和庁舎 塩：塩沢庁舎

### 心豊かな 子育て教室

♪冬も元気いっぱい遊ぼうね。  
寒さに負けずにサロンに集合！

### 第5回親子サロン

日 2月23日(木)

午前10時～12時

(午前9時30分受付開始)

場 サラライズ南魚沼

内 思いっきり遊ぼう！パート③(年齢別にクラス分けをします)

対 0～3歳の乳幼児とその親、マタニティーのママやパパなど

◆参加費は無料ですが、保険料として1人につき10円のご負担をお願いいたします。

◆動きやすい服装でおこしください。

◆おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。

◆申し込みは要りません。直接会場へお越しください。

☆教室をお手伝いしてくれるボランティアさん募集中！

問 青少年育成センター

773-6611

ikusei@ap.wakwak.com

### ハイ県くらしの ダイヤルです くらしに役立つ ダイヤルは

☎025-285-7000

《お聞きになりたい

テーマを選んでください》

期 2月6日(月)～

3月6日(月)

#### テーマ

- |  |
|--|
| ①くらしの情報(毎月第1月曜日正午更新)                     |
| ・進化する携帯電話<br>・賃貸住宅契約のチェックポイント            |
| ②消費生活相談事例(毎月第1月曜日正午更新)                   |
| ・賃貸アパート                                  |
| ③クーリング・オフの方法                             |
| ④相談が多い事例のアドバイス                           |
| ●携帯電話のサイト料金請求トラブル<br>●ハガキ等による覚えのない請求の対処法 |

\*緊急な消費生活情報があるときは予定を変更します。

### 不審な 雪かき業者に注意

男性2人が独居高齢者(女性)宅を訪れ「雪かきをしてあげます」と勧誘。「価格は内証」と言うだけで見積書も作成しなかった。契約しようと考えているところに近所の

人が訪れ問いただすと立ち去った…という事です。

「お年寄りの弱みに付け込む新手の商法」とみて警戒。

経済産業省は、雪かき作業にクーリング・オフの規定を適用できるとする見解を打ち出しました。「見積書で金額と作業内容を確認して契約しましょう」「信頼できるところに依頼しましょう」。ご近所で連絡を取り合い十分ご注意ください。

#### 南魚沼市

#### 消費生活相談窓口より

六日町駅通り(HOMURA内)

☎772-2541

最近の相談内容は「架空請求、訪問販売、資格商法、床下点検、振込詐欺」などがありました。一人で悩まずに、また手遅れになる前に、早めにご相談ください。

県消費生活センターには、まず電話でご相談ください。

(来所相談は予約制です)

●新潟県消費生活センター

☎025-285-4196

●契約書など大事な証拠書類は、なくさないように注意して保管してください。

問 商工観光課 六日町商工

観光係 ☎773-6665

### 総合福祉センター (サラライズ南魚沼) の使用について

現在一部施設の使用を中止している南魚沼市総合福祉センターについては、補強して再利用することを断念いたしました。代替の施設については現在検討中です。

なお、次の施設については今までもおり使用可能です。

- 研修室
- 創作実習室
- 多目的ホール
- 音楽室

問 福祉課 高齢福祉係

☎777-3113

## 平成18年度 成人式のご案内

**日** 5月3日(水)憲法記念日  
午前10時～正午(予定)  
南魚沼市民会館

**対 場** 昭和60年4月2日から昭和61年4月1日までに生まれた方で、市内の中学校を卒業した方または平成18年1月1日現在市内に住所を有する方。

◆対象者には、後日案内状をお送りします。

## 成人式の運営を やってみませんか？

新成人の皆さん！司会進行や受付、式典内容の検討など、成人式の運営に関わってみませんか。

◆ご希望の方は、2月28日(火)までにご連絡ください。  
総務課庶務係  
☎773-6660

## 今月は児童手当 支給の月です

家庭生活の安定と次代の社会を担う児童の健全な育成および資質の向上を目的として、

児童を養育している方に手当を支給しています。

10月から1月分の児童手当を、2月10日(金)に指定の口座に振込みます。ご確認ください。

## 支給月額

- 第1子 5,000円
- 第2子 5,000円
- 第3子以降10,000円

◆出生・転出入・加入年金の変更等の際は、忘れずに届けてください。

**問** 子育て支援課児童支援係  
☎777-3113



## 魚沼地区障害福祉 組合 職員募集

魚沼地区障害福祉組合では、次のとおり職員を募集します。

## 採用職種・人員

- 一般職 1名
- 非常勤一般職 1名  
(週30時間勤務)

## 採用予定日

平成18年4月1日

## 職務内容

魚沼学園・魚沼更生園入所者支援(変則勤務、夜勤あり)  
賃金身分等

職員の給与の支給に関する条例または魚沼市非常勤職員取扱要領に準じる。

**資** 2月24日(当日消印有効)  
保育士または社会福祉士

資格を有する者、または有する予定の者

- 一般職 昭和53年4月2日以降に生まれた者
- 非常勤一般職 昭和50年4月2日以降に生まれた者

## 申込方法

①所定の採用試験受験申込書と履歴書(市販のもの)に必要事項を記入し2月24日までに当組合事務室まで提出してください。(郵送可)

②採用試験受験申込書は当組合事務室にあります。必要

な方はご連絡ください。また採用試験受験申込書は、魚沼学園ホームページからも

ダウンロードできます。

■選考 書類審査、作文試験、面接(非常勤職員採用試験は作文試験を行わない)

◆選考日時・会場は後日連絡します。

**問** 魚沼地区障害福祉組合 庶務課  
☎025-792-0846

## 心の健康相談会

眠れない、気分が沈んで何もしたくない、閉じこもりがちだ、行動がおかしい。その他、思春期の問題(不登校、拒食・過食等)やお年寄りのもの忘れ、認知症などなど：そんな悩みをお持ちの方、その家族の方など、精神科医が気楽にご相談に応じます。プライバシーは守られます。(予約が必要です)

**日** 2月13日(月)  
午後1時30分～4時

**場** 南魚沼地域振興局健康福祉環境部(南魚沼保健所) 1階「相談室」

**問** (予約) 南魚沼地域振興局健康福祉環境部地域保健課  
☎772-8137

## 「新潟県健康・福祉・医療 新産業ビジョン」(仮称) 説明および意見交換会開催

高齢化社会に伴う国内社会の成熟化で健康への社会的ニーズはますます強まっています。「健康・福祉・医療」に関連するビジネスは、本県の産業や資源を活かした新たな高付加価値のモノやサービスを創造する、高い可能性としての力を持つ分野です。

県では、県内経済の活性化と高付加価値型産業への転換を促進するため、「健康・福祉・医療」をキーワードとした新潟県の特徴を活かした新産業づくりに関する方針(ビジョン)を策定しています。

この策定の一環として、ビジョンの説明と、関連事業に関っている方や関心のある方などから幅広いご意見を伺うため意見交換会を開催します。

**日** 2月10日(金)  
午後1時30分～3時

**場** 南魚沼地域振興局 第1会議室(1階)

**申 問** 南魚沼地域振興局 企画振興部 地域振興課  
☎772-2793

# 南魚沼地域広域連合 「南魚沼地域広域斎場 建替えに伴う 都市計画決定」説明会

南魚沼地域広域連合では、現在稼働中の斎場の老朽化に伴い、現施設を使用しながら改築を計画中です。斎場については法律により都市施設と規定されており、都市計画決定が必要になります。このたび斎場建替えに伴う都市計画決定の素案がまとまりましたので、南魚沼地域の住民の皆さまに説明会を開催いたします。

**日** 2月6日(月)  
午後7時～  
**場** 南魚沼地域広域連合  
本庁舎(消防署)  
3階大会議室

なお、説明会を経た後「南魚沼地域広域斎場建替えに伴う都市計画決定」案の縦覧を行う予定です。

**問** 南魚沼地域広域連合 総務課  
nanryo@coral.ocn.ne.jp

☎ 782-0860  
FAX 782-4500

## 計画概要

- 建設予定地  
南魚沼市思川地内  
(現用地・思川583番地ほか)
- 計画決定予定面積  
約6,900㎡
- 施設計画概要  
鉄筋コンクリート平屋建て  
火葬炉4炉(予備炉スー  
ス1炉)、小型炉1炉、炉制  
御室、告別室2室、集骨室  
2室、待合室4、事務室等
- 駐車場  
大型バス・マイクログバス6台、  
普通車18台以上

## 東北電力 からの お知らせ

# 豪雪により被災された お客さまに対する料金等 の取り扱いについて

平成18年豪雪により災害救助法が適用された地域および周辺地域で被災されたお客さまについて、お申し出により、次のとおり取り扱いますのでご案内いたします。

### ①電気料金の 支払期限日等の延長

被災されたお客さまの平成17年12月分、平成18年1月分および2月分の電気料金の早収期間および支払期限を1か月延長させていただきます。

### ②基本料金の一部免除

被災により電気施設の一部が使用不能となられた場合は、その使用不能設備相当分の基本料金は、平成18年7月末日までは申し受けません。

被災時から引続き全く電気を使用しない場合には、6か月間に限り、電気料金(不使用料金)はいただきません。

### ③引込線工事等の 無料実施

被災されたお客さまが、平成18年7月31日までに臨時電灯または臨時電力の使用を申し込まれた場合、被災前と同じ契約内容で電気の使用を申し込まれた場合、引込線、計量器等の取付位置の変更を申し込まれた場合は、当社が行なう工事について無料とさせていただきます。

※詳細については、お問い合わせください。

**問** (コールセンター)

☎ 0120-175-466

■ 受付時間(祝日除く)

● 月曜日～金曜日

午前9時～午後8時

● 土曜日

午前9時～午後5時

**申** 東北電力魚沼営業所

南魚沼市六日町29-3

◆災害救助法の適用市町村は、平成18年1月11日現在、次のとおりです。

「災害救助法」が適用された十日町市、妙高市、南魚沼市、湯沢町、津南町、魚沼市、上越市、川口町のほか、以下の市町村が対象となります。

新潟県の糸魚川市、長岡市、小千谷市、柏崎市、三条市および福島県の只見町、檜枝岐村の7市町村

## 各地で正月行事が行われる



この一月、各地で正月・小正月の行事が行われました。予想外の記録的な大雪のため、やむなく中止となった行事も多かったようですが、そのような中、今年も公民館五十沢分館の「さいの神祭り」が盛大に行われました。大勢の人が各家庭からしめ飾りや書初め、だるまなどを持ち寄り、高く積んだワラと一緒に燃やしました。一昨年の大震災から、昨年、今年の豪雪と立て続けに災害に見舞われている南魚沼市。集まった人たちは皆、一年の無事を祈っていましたが、こんなときは、家内安全とともに市内安全も祈りたくなくなってしまいますね。

## 除雪ボランティア —加茂市消防団—



1月12日、加茂市の消防団・消防署から30人の皆さんが除雪の応援にやってきてくれました。応援隊の皆さんは地元の消防本部員の皆さんと協力し、要援護世帯の住宅を中心に雪おろしを行っていただきました。

豪雪災害対策本部にも、応援隊や消防団への感謝の電話が入っていました。ご協力いただきました皆さん、本当にありがとうございました。

# NEWS プラザ

みなみうおぬま

## トリノ五輪出場の 広井法代選手が市長を訪問



1月13日、アルペンスキー競技でトリノ五輪に出場する広井法代さんが市長を訪問し、五輪出場決定の報告をされました。市長は激励の言葉を贈り、広井さんを送り出しました。今月10日には、いよいよオリンピックが開幕します。日本選手の活躍に期待し、みんなで広井さんを応援しましょう!!

## 宮田義平さんの詠進歌が 歌会始で佳作に選ばれました

1月12日、新春恒例の皇室行事「歌会始の儀」が開かれました。今年のお題は「笑み」で、宮田義平さん(中)の詠進歌が佳作に選ばれました。

復興を

あらたに誓ふ

村まつり

神に供ふる

笑みし毬栗(いがぐり)



## ご厚意に感謝いたします

◎スノーボードチームのGlobal様から自主制作DVDの売上金74,000円を震災復興のためにご寄付いただきました。

ご芳志に沿うよう、大切に使用させていただきます。

## 平成17年度 コミュニティ助成事業

石打丸山自主防災組織が自治宝くじのコミュニティ助成事業により、防災備品を整備しました。

石打区は屈指のスキー観光地であることから、スキー客の安全を確保する上でこれまでも地域消防団による活動を熱心に行ってきましたが、一昨年10月の中越大震災を機に改めて地域の防災体制を見直し、より迅速に効果的な活動ができるよう「石打丸山自主防災組織」を結成しました。

同組織は、総務省の平成17年度地域安心安全ステーション整備モデル事業実施団体として選定され、自治宝くじのコミュニティ助成事業によって、発電機8台、ベルト式ヘッドライト50個、作業灯10個を整備したものです。

今冬の豪雪で訓練も思うに任せない状況ですが、地域一丸となって防災意識を高め、いざという時に備えたいとする石打区の皆さんです。



\*コミュニティ助成事業とは、(財)自治総合センターが、自治宝くじの普及広報事業費として受け入れる受託事業収入を財源とし、宝くじの普及広報を行うとともにコミュニティの健全な発展を図ることを目的に、さまざまなコミュニティ活動に助成を行うものです。

12月の降雪から利用台数は減少し始め、年末年始は1日当りの平均利用台数が20台程度にまで落ち込んでしまいました。その後も大雪が続いたため230台ほどで推移しています。

**大雪で利用者数大幅減少！  
インター存亡の危機！**

かつてない大雪に、12月の降り始めには消雪施設工事が間に合わず、利用者の方々には大変ご迷惑をおかけいたしました。12月末に消雪パイプ工事が完了し、スムーズに出入りできるようになりました。12月は高速道路本線が閉鎖されたこともありましたが、災害復旧工事等も終了し、降雪による本線閉鎖は起こりにくくなりました。また、一般道は今後も除排雪作業等で相当な渋滞が懸念されます。渋滞解消のためにも、これまで以上に高速道路の利用をお願いいたします。

**消雪施設完備しました！**

**雪の日でもスイスイすま〜と！  
大和PASスマート  
インターチェンジ社会実験**



降雪による路面状況の悪化も影響していると思いますが、この状況ではインターチェンジの恒久設置からほとんど遠ざかって行きます。高速道路本線も大和スマートインターも懸命の除雪作業を行っています。通勤・営業・スキー観光に、多くの皆さまのご利用を重ねてお願いいたします。

**大雪で見通しが悪くなっています  
出入りにはご注意ください**

県道から高速道路進入路への出入部分がないように、運転には細心の注意をもってご利用ください。

# みんなの図書館

南魚沼市図書館 ☎773-6677  
 大和図書室 ☎777-4671  
 塩沢図書室 ☎782-0100

## 箏・三味線の 弾き語りです

大人の方もぜひどうぞ！  
 2月読書のついでご案内

日時 2月18日(土)

午後2時～3時30分

場所 南魚沼市民会館

多目的ホール

テーマ 『昔話』

内容 三味線伴奏付紙芝居

「貧乏神と福の神」・箏弾

き語り・新しい本の紹介・

読み聞かせ

対象 幼児・小学生・保護者

講師 横川恵子さん

定員 100人

申込み 2月17日(金)までに

図書館へ

■大雪でたいへんですね。骨休めに、子どもたちと一緒に箏や三味線の音色をバツクに紙芝居を楽しんで見ませんか。大人の方も楽しんでいきます！

## 六日町高校演劇部の みなさんありがとう！ クリスマス読書会レポート 〜ひとくち感想集〜

●子どもたちを楽しませようと一生懸命演劇してくれた高校生ありがとう。最後のみんなでのダンス、子どもも大人も一緒に参加できてとてもよかったです。

●今回でクリスマス読書会は3年目です。この時ばかりは7歳、6歳、4歳の子どもたちみりんな楽しみにしています。カード作りは家に帰っても何日も作るくらい大好きです。

●今日はサンタさんに会えてよかったです。クリスマスカード作りは親子で楽しむことができました。高校生の劇もなんだかこちらもあったかい気持ちになりました。

●子どもに、とってもいい刺激になったようです。真剣に見ていました。

●カード作りは子どもより親のほうが夢中になりましたね。日ごろ子どもとできないことができて良かったです。

●絵本の紹介がとてもためになりました。

●今日はサンタさんに会えてよかったです。クリスマスカード作りは親子で楽しむことができました。高校生の劇もなんだかこちらもあったかい気持ちになりました。

●子どもに、とってもいい刺激になったようです。真剣に見ていました。

●カード作りは子どもより親のほうが夢中になりましたね。日ごろ子どもとできないことができて良かったです。

●絵本の紹介がとてもためになりました。



すてきなクリスマスカードができました。



サンタさんにあったよ

楽しかった「劇」  
いっしょに踊れて  
身体もあたたか  
なりました！



## 巡回図書入れ替え

1月19日(木)に大和図書室の巡回図書100冊を入れ替えました。これは市図書館の図書を隔月で100冊ずつ入れ替えているものです。ぜひご利用ください。

なお、塩沢図書室については来年度から実施の予定です。ご期待ください。

## 蔵書点検ってなあに？

蔵書点検は年1回南魚沼市図書館で所蔵している約53、500点、すべての資料の所在を1点1点確認する、図書館にとってたいへん重要な業務のひとつです。

あわせて、配架の乱れを直し、行方不明の資料を探検し、蔵書構成の見直しなどを行います。

この作業にはたいへん労力と時間がかかりますが、職員一丸となって作業に当たりますが、長期間休館せざるを得ません。たいへんご不便をお掛けしますが、

ご理解のほどよろしくお願

いいたします。



## 2月の休館日

南魚沼市図書館：6日(月)・13日(月)・16日(木)(図書整理日)・19日(日)～28日(火)(蔵書点検期間)  
 大和図書室：毎週月曜日 / 塩沢図書室：無休

にいがた南魚沼市

# 歩くスキーフェスティバル

2/11土祝



**無料**

## 専用バス運行表

2月11日の開催当日は、専用バス(無料)を運行します。会場周辺は混雑が予想されますので、なるべく専用バスをご利用ください。

### 送迎バス



市役所本庁舎の乗降場所は、正面玄関付近です。六日町駅の乗降場所は、東口駐車場(観光協会前)です

往路	復路		
停留所名	発車時刻	停留所名	発車時刻
市役所本庁舎	8:40	八海運送(株)	13:00
六日町駅	8:45	四十日新道	13:04
六日町駅角	8:47	宇津野入口	13:05
八幡	8:48	沢栗	13:06
六日町車庫前	8:50	庄之又	13:07
庄之又	8:51	六日町車庫前	13:08
沢栗	8:52	八幡	13:10
宇津野入口	8:53	六日町駅角	13:11
四十日新道	8:54	市役所本庁舎	13:13
八海運送(株)	8:58	六日町駅	13:15

往路	復路		
停留所名	発車時刻	停留所名	発車時刻
市役所本庁舎	8:25	八海運送(株)	12:00
六日町駅	8:30	四十日公民館	12:03
六日町駅角	8:32	北田中	12:05
六日町高校前	8:33	野田	12:06
余川	8:34	川窪	12:07
余川三叉路	8:35	欠之上	12:08
余川十字路	8:36	君帰	12:09
君帰入口	8:37	君帰入口	12:10
君帰	8:38	余川十字路	12:11
欠之上	8:39	余川三叉路	12:12
川窪	8:40	余川	12:13
野田	8:41	六日町高校前	12:14
北田中	8:42	六日町駅角	12:15
四十日公民館	8:44	市役所本庁舎	12:17
八海運送(株)	8:47	六日町駅	12:20

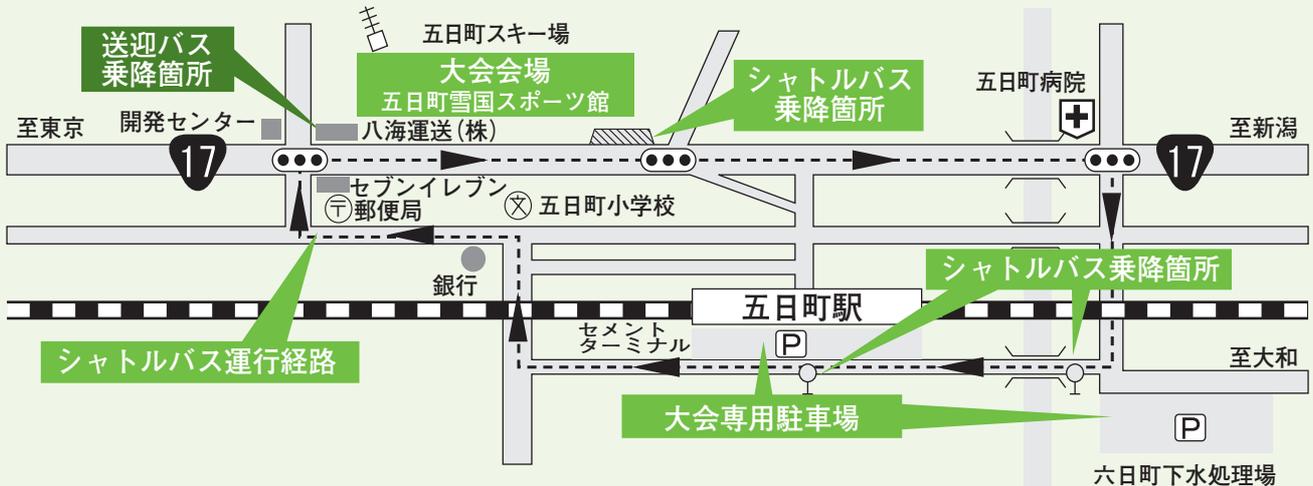
当日は受付が混み合います。前日の2月10日(金)に受付を済ませてしまいましょう。

**2月10日(金)** 時間:午後1時~午後6時30分  
の受付 受付会場:五日町雪国スポーツ館

### シャトルバス

自家用車でおこしになる場合は、下図の五日町駅東側の大会専用駐車場をご利用ください。随時シャトルバスを運行し会場まで送迎します。

《大会専用駐車場およびシャトルバス運行案内図》

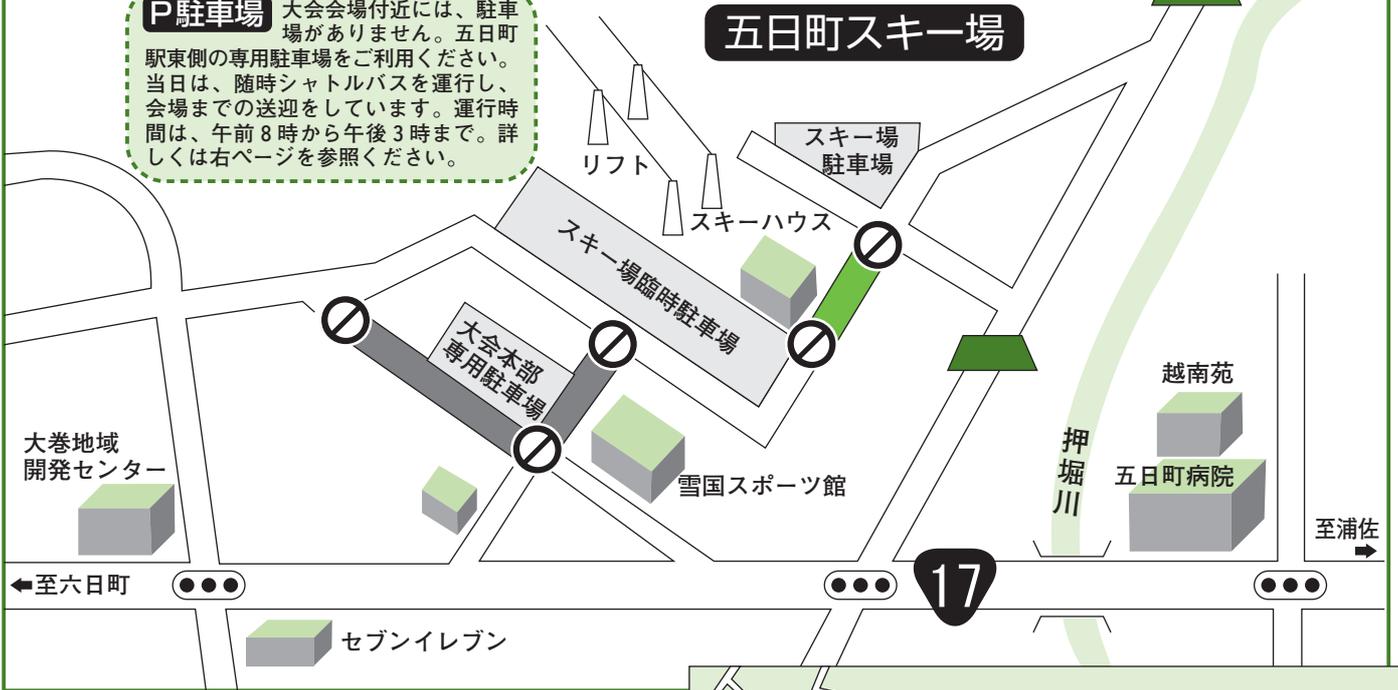


まなびのつなば

# 第17回 にいがた南魚沼市 歩くスキーによる 交通規制

-  車両進入禁止
-  車両通行止 2月9日(木) 17:30~11日(土) 16:00
-  車両通行止 2月10日(金) 10:00~11日(土) 15:00
-  道路横断 2月10日(金) 10:00~11日(土) 15:00  
コースが横断します。係員の指示に従ってください。

**P駐車場** 大会会場付近には、駐車場がありません。五日町駅東側の専用駐車場をご利用ください。当日は、随時シャトルバスを運行し、会場までの送迎をしています。運行時間は、午前8時から午後3時まで。詳しくは右ページを参照ください。



まなびのひろば

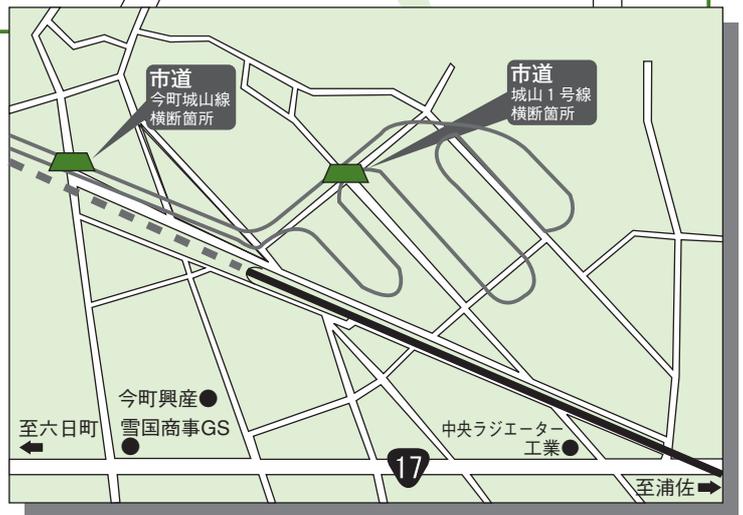
## 市民教養セミナー

# スクラップブック教室

～思い出の写真を作品に～

「スクラップブック」とは台紙にスタンプやシールをほどこしながら、写真を貼っていく「アルバム作り」です。思い出の写真にデコレーションして、ステキな作品を作ってみませんか？家の中のディスプレイにもなります。講師は、東京にて教室を開催している中村久子さんです。

- ★日 時 3月5日(日) 午前の部 10:00~12:00  
午後の部 13:00~15:00
- ★場 所 六日町地区館 実習室 [市民会館内]
- ★参加費 2,100円
- ★持ち物 写真3~5枚、ハサミ、定規、筆記用具
- ★申込み 3月1日までに参加費を添えて、六日町地区館に申し込んでください。午前、午後とも内容は同じです。希望の時間帯のほうに申し込んでください。(各部先着30名になりしだい締め切ります)
- ★問合せ 六日町地区館 ☎773-6610



## 池田記念美術館

OPEN 9:00~17:00 | 水曜休館  
☎780-4080 <http://www1.ocn.ne.jp/~ikedart/>

### ★所蔵作品展★ 東欧とモンゴルの美術から

2月27日(月)まで

所蔵品約3500点の中から、ブルガリアとハンガリー、モンゴルの作家の作品を展示します。いずれも日本ではなかなか鑑賞する機会の少ない作品です。ぜひご覧ください。

## 関係性の中での成長

大沢 高野孝子 さん

青少年育成センター

「親に言ったってしょうがない。どうせ言われることはわかっている」

ある年、福島県の雪の中で子どもたちとキャンプをしていた。参加者は中高生が中心だった。

茨城県からやってきたリエコさんは高校二年生。一日中、雪の中で遊びみんなで食事を作り、夜、たき火を囲んでいる時に、火を見つめながらぼつぼつと語り始めた。

「学校の先生なんて、どこかの大学に受かるかってことだけ。ほんとは保母さんになりたいのに」自分に興味がある進路と、親や周囲が期待する道が異なる悩みだった。

これまで誰にも言えなかったという。進学校のため、大学以外の選択肢はない環境ら

しい。一七歳の彼女にとって日々向かわなくてはならない深刻な課題だ。

つらそうな彼女に、大学生や社会人スタッフたちが「どれどれ、お姉さんが聞いてやるう」などと冗談めかしながら話に加わる。

リエコさん個人の問題が「解決」するわけではないが、キャンプを終えた時、彼女は「すつきりした。明日から前向きにやっていける」とうれしそうに笑った。

三人兄弟のうち二人が小学校から不登校だった家族と私は親しい。二人とも今は成人

し、高い社会意識を持った、思いやりのある若者に育った。お母さんは「最初は学校に行かせようとばかり考えていた、それが間違っていました」と語る。上の子どもは完全に引きこもり、話もできなくな

ってしまった。

そうした二人をつなぎとめたのが、「ある大人」の存在だったという。一人は音楽講師、一人は塾講師だ。学校には行かなくても、彼らはその習い事には行った。「私にとっては唯一の社会との窓でし

でしたね」と本人も言う。

子どもたちが多様な関係性の中で育まれることを示す例だ。家と学校だけの狭い世界で苦しむ子どもたちも、違う人たちと話し、異なる社会に触れて支えられ、多角的な見方を学び、成長する。

昔からそうだった。地域ぐるみで関わってようやく子どもは一人前になったのだ。自分が一人の子どものいい関係を築くだけでいい。それだけでもその子の世界を広げ、時には生きる力につながっていく。

### 相談専用電話 [TEL773-3177] ◆休日はお休みします◆

◆ 青少年に関する相談は、何でも気軽に相談ください。秘密は固く守られます。

◆ 昼間相談  
月曜から金曜  
午前9時～午後5時

◆ 夜間相談  
月・水・金曜日  
午後7時30分～9時30分

◆ メール相談  
ikusei@ap.wakwak.com

発育や健康などの相談は、各庁舎の保健係で受け付けます。電話番号は、健康ひらばでご確認ください。

## トミオカホワイト美術館

OPEN 10:00～17:00 | 水曜休館  
☎775-3646 <http://www.mynet.ne.jp/white/>

### ★第6回 白の世界写真コンテスト [入賞作品展示]

2月2日(木)～28日(火) 素晴らしい作品が集まりました!



南魚沼市長賞  
吉田芳雄  
(奈良県高市郡  
「厳冬代池」  
(モノトーン)

▲美術館大賞 宮坂 悟(長野県岡谷市)  
「横顔」(モノクロ)

## うたおう! おどろう! 「すくすくつしんど」

みんなでおひなさまを作しましょう。

- ★日時 2月21日(火) 午前10時～
- ★場所 南魚沼市公民館 [浦佐]
- ★内容 手あそびやダンスなど「親子のスキンシップ」を大切に、集団あそび・親子あそびをします。
- ★対象 入園前のお子さんご家族の方
- ★参加費 無料
- ★申込み 直接会場へお越しください

### 助六日町文化スポーツ振興公社からのお願い

南魚沼市民会館 ☎773-5500 (月曜休館)  
ディスポート南魚沼 ☎773-6620 (月曜休館)

### 駐車場のご利用について

除雪作業の妨げになりますので、利用者以外の方は駐車しないでください。

## 麻しん・風しんの 予防接種はお済みですか

平成10年10月1日～平成17年3月1日までに生まれたお子さんは、1歳の誕生日を過ぎたら本年3月31日までのなるべく早い時期に、麻しんと風しん両方の予防接種を受け終わるようお願いします。

麻しんと風しんの接種間隔は、27日以上開ける必要があります。お子さんの体調や医療機関の接種日等により、3月31日までに両方の接種を受けることが難しい方は、地域の保健課にご相談ください。予防接種のできる医療機関については、12月1日号の市報「健康ひろば」をご覧ください。

## ゆきぐに大和病院

### 予防接種日程

<b>風しん</b> 2月28日(火)	受付時間 14:30～15:00 接種時間 15:00～16:00
<b>麻しん</b> 3月14日(火)	受付時間 15:00～15:30 接種時間 15:30～16:00

麻しん・風しんの予防接種を追加して行います。接種を希望する方は、事前に大和病院(☎777-2111)へ予約をしておかけください。

## 平成18年度住民健診

# 「特別検診」申込受付

### 特別検診(2種)の内容

#### 40歳未満の肺がん検診

アスベスト対策の一環として対象年齢を拡大して実施するものです。

#### 対象者

19歳以上40歳未満(昭和42年4月2日～昭和63年4月1日生まれ)の方

#### 内容

胸部X線間接撮影(必要により喀痰検査を実施)

#### 料金

500円  
(喀痰検査は700円加算)

#### 前立腺がん検診

#### 対象者

50歳以上(昭和32年4月1日以前生まれ)の男性で、基本健診を申し込んだ方

#### 内容

血液検査(採血)  
料金 2,000円

#### 申込み・問合せ

#### 大和地域

保健課(農村検診センター)  
☎777-3850

#### 六日町地域

保健課六日町保健係(本庁舎)  
☎773-6662

#### 塩沢地域

保健課塩沢保健係(塩沢庁舎)  
☎782-4031

#### 申込方法

各地域の保健課窓口にて下記の申込票を提出してください。(電話でも受け付けます)

#### 申込期限

2月20日(月)

#### ◆検診はいずれも住民健診に合わせ

て同じ日時に実施します。検診日の2～4週前に実施通知書とともにお知らせします。

#### ◆各検診の対象年齢は、平成19年

3月31日現在の年齢によります。

●保健課(農村検診センター)・・・☎777-3850

### 前立腺がん検診申込票

申込者氏名	
生年月日	S . .
性別	男性のみ
行政区名	

対象者：S32.4.1以前生まれの男性で、基本健診を申し込んだ方

### 肺がん検診申込票

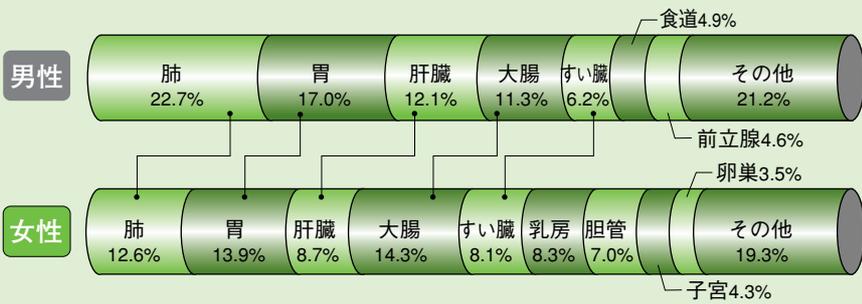
申込者氏名	
生年月日	S . .
性別	男 . 女
行政区名	

対象者：S42.4.2～S63.4.1生まれの方

記入した申込票は、切り取って保健課に提出してください。

## どんな“がん”が多いのか？ ～2004年人口動態統計から～

日本対がん協会報より



がんは日本人の死因第一位です。食生活の欧米化などから、がんにかかる人が増えています。医療技術が進歩し、早期に発見できれば十分に治療できる病気です。がんの予防には、がんになりにくい生活、がんが小さく治療できるうちに発見することが大切です。あなたの生活を振り返ってみましょう。

# 普段の心がけが あなたの 健康を 守ります！

### 暮らしの中の、がん予防

#### 〈がん予防の8か条〉

- ① バランスよく食事をする
- ② 食べ過ぎを避け、脂肪分は控えめに
- ③ タバコを吸わない
- ④ 塩辛いものは控えめに
- ⑤ こげた部分は避ける
- ⑥ お酒は控えめに
- ⑦ 野菜・海藻・キノコなど食物繊維をとる
- ⑧ 適度に運動をする

生活習慣の改善とともに  
大切なのは、早期発見

定期的な検診

です！

健康ひろば

乳がん検診・子宮がん検診  
2年に1回の検診忘れずに！

乳がん検診は40歳以上の偶数年齢の方、子宮がん検診は20歳以上偶数年齢の方が対象です。

### ★なぜ検診間隔が2年に1回になったのでしょうか？

乳がんや子宮頸がんは他のがんに比べて進行が緩やかだと言われています。また、毎年検診を受診した場合と2～3年に1回受診した場合の検診効果は変わらないという理由により、国の方針も変わりました。対象年齢でない年は、乳がんの自己検診法でチェックしておきましょう。気になることがあれば医療機関を受診しましょう。

### ★乳がん検診と子宮がん検診対象年齢が違うのはなぜ？

乳がんの発症は働き盛りの40歳代がピークです。一方、子宮がんは若い世代でも増加しています。そのため、20歳以上が対象年齢となっています。

平成18年度から健（検）診の  
受診方法が変わります

#### 〈塩沢地域〉

基本健康診査、胸部レントゲン、胃がん検診、大腸がん検診を同じ日に受けることができます。  
会場は塩沢保健センターです。

#### 〈六日町地域〉

検診車による乳がん検診と子宮がん検診は、同じ日に受けることができます。

■ 詳しい日程は後日、検診カレンダーにてご確認ください。

〜2月1日から7日までは  
生活習慣病予防週間です！

肥満傾向の方が、複数の生活習慣病を併せ持つと、一つ一つが軽症でも、心臓や血管の病気を起こしやすいことが分かってきました。このような症状を「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」といいます。

「一に運動、二に食事、しっかりと禁煙、最後にクスリ」をキーワードに、ご自身の生活習慣を振り返ってみましょう！



### 日本小児科医会の提言

- ① 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控える。
- ② 授乳中や食事時のテレビ・ビデオ視聴はやめる。
- ③ 小学入学前はテレビ・ビデオの視聴とインターネットの利用は一日合計2時間以内、ゲームは一日30分以内を目安に。
- ④ 子ども部屋にテレビ・ビデオ・パソコンを置かない。
- ⑤ 親と子どもでルールを作る。

日本小児科医学会が乳幼児のテレビ視聴の発達への影響を調査したところ、一日4時間以上の長時間視聴は1歳6か月の意味ある言葉（以下有意語）の出現の遅れと関係がある。特に日常やテレビ視聴時に親子の会話が少ない家庭の長時間視聴児で有意語の出現が遅れる率が高い。

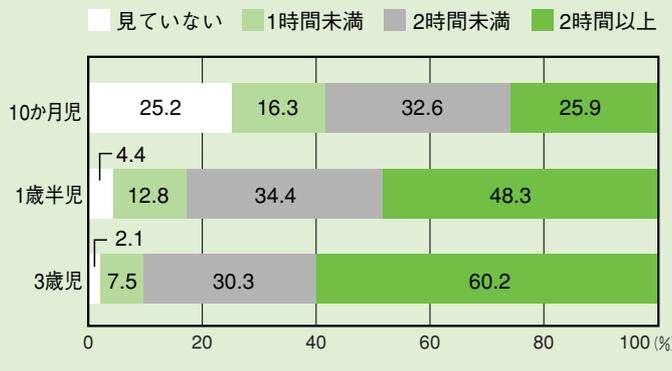
このようなテレビの影響にほとんどの親が気づいていない。ということが分かりました。

提言では、テレビ・ビデオの視聴やゲーム・インターネット等の利用が低年齢化・長時間化しており、親子が顔をあわせて一緒に遊ぶ時間を奪い、言葉や心の発達を妨げている。テレビ・ビデオ・ゲーム・インターネットの内容がその後の考えや行動に影響を及ぼすとして特に乳幼児への影響が心配され、注意を呼びかけています。

### テレビ・ビデオの視聴時間

市では10か月以降の乳幼児健診でお子さんのテレビ・ビデオの視聴時間をきいています。その結果は左の

テレビ・ビデオの視聴時間 (H17：南魚沼市)



グラフのとおりで、ほとんどのお子さんが日常的にテレビ・ビデオを見えています。視聴時間は10か月で2時間未満、1歳半と3歳では2時間以上が最も多く、年齢とともに長くなっていました。ちなみに4時間以上の長時間視聴は556人中37人（6.7%）でした。

\* \* \* \* \*

お家ではどんなふうテレビ・ビデオを見せていますか。「常にテレビがついている、いつも子どもだけで見ている」ということはありませんか。

### ノーメディアデーのすすめ

学校・保育園の中には「ノーテレビデー・ノーゲームデー」を設定し、勧めている所も増えていきます。テレビがなくても子どもは上手に遊び、お話も大好きです。ときには一緒に遊びを楽しみ、子どもの話に耳を傾けてみませんか。「ノーメディアデー」は親子のかかわりや家族の生活習慣などふり返るきっかけになることでしょう。

※ここで述べるメディアとはテレビ、ビデオ、テレビゲーム、携帯用ゲーム、インターネット、携帯電話など

### 始めるなら今(乳幼児期)です

テレビ・ビデオ・ゲームの子ども達への影響は、幼いときほど、長時間・長期間ほど強いようです。「5歳過ぎると問題点の解決も生活習慣の改善も難しくなる…」という意見もあります。

### 視聴時間を短くする工夫

- ★ 本当に見たい番組だけを見る。時計がわり、BGMがわりにテレビをつけていませんか。
- ★ ビデオはくり返し見ない。
- ★ テレビゲームの購入はぎりぎりまで待つ。使い方も話し合う。
- ★ テレビを見せ始める時から、見たら消す習慣をつける。

### テレビを消してみたら(実践報告)

- ★ テレビに余暇時間をすべて奪われていたことに気づいた。
- ★ 子どもはメディアに触れなくても遊べる。自然と絵本を読み出した。むしろ大人が問題。大人こそテレビ依存。
- ★ 一度つけたらやめられない。自分でコントロールしなくては…

など

皆さんのお家でもノーメディアデーイズにトライしてみませんか。

参考文献 (社) 日本小児科医学会

「子どもとメディア」の問題に対する提言

# 2月のカレンダー



2日(木)	ほのぼの広場(9:30～ 大崎農業会館)
3日(金)	献血 (9:30～12:00 市役所本庁舎) (13:30～15:30 斎藤記念病院) 行政相談(13:00～16:00 塩沢老人福祉センター)
5日(日)	確定申告書書き方教室 (9:30～12:00 本庁舎大会議室) (13:00～15:30 大和庁舎大会議室) (16:00～18:00 塩沢庁舎205会議室)
7日(火)	第4回 親子サロン(10:00～ サンライズ南魚沼)
8日(水)	ほのぼの広場(9:30～ 働く婦人の家[浦佐]) 中央女性学級「30年代の生活を振りかえる」 (10:00～11:00 市民会館2階和室)
11日(祝)	第17回 歩くスキーフェスティバル (10:00～ 五日町クロスカントリーコース) 第56回 南魚沼市雪まつり (12:00～21:30 六日町小わき特設会場)
12日(日)	第56回 南魚沼市雪まつり (10:00～21:00 六日町小わき特設会場)
15日(水)	男女共同参画推進準備会(19:00～ 市民会館)
16日(木)	ほのぼの広場(9:30～ まほろば[一村尾])
18日(土)	第22回 しおざわ雪譜まつり (14:00～ 主会場/鈴木牧之記念館ふれあい広場)
19日(日)	五十沢分館 そば打ち講座(9:00～ 五十沢分館) 大巻分館 そば打ち講座(9:30～ 大巻分館)
21日(火)	すくすくフレンド(10:00～ 公民館[浦佐])
22日(水)	ほのぼの広場(9:30～ うるおいの里みよう) 行政相談(14:00～16:00 本庁舎会議室)
23日(木)	第5回 親子サロン(10:00～ サンライズ南魚沼)
24日(金)	第2回 農業委員会総会(9:30～ 塩沢庁舎議場)
26日(日)	城内地区 雪ん子大会(午前 城内小学校) 献血 (10:00～12:00 ジャスコ六日町店) (13:00～15:30)

## 心配ごと相談

- ・毎週月曜 13:00～16:00 働く婦人の家[浦佐]
  - ・毎週水曜 14:00～16:30 本庁舎
  - ・毎週金曜 13:30～16:00 塩沢老人福祉センター[塩沢]
- ※市役所休業日はお休みさせていただきます。

んでみませんか。

毎朝夕の雪かきでお疲れの方も多いことと思います。いよいよ開幕するトリノ五輪が、しつこい寒気や暗い気分を吹き飛ばす明るい話題となってくれることを期待しつつ、体調管理、安全管理を万全に、つらい冬を乗り切りましょう！

何年か前、「地球温暖化で雪が少なくなってくれたら、それはそれでいいかも」「で、山だけ降ってくれたら最高なんだけどねー」なんてのんきな話をしていたことがあります。しかし、地球温暖化の影響ともいわれる今冬の豪雪は、そんな冗談交じりの淡い妄想を簡単に凍りつかせてくれました。昨年2月16日発効の京都議定書で日本が世界に約束した目標は、温室効果ガス排出量の6%削減。環境省では地球温暖化防止大規模国民運動として「チーム・マイナス6% (http://www.team-6.jp/)」を立ち上げ、この運動への参加を呼びかけています。市報でも1月15日号から「シリーズ地球温暖化から地球を守る」がスタート。今後、お知らせ版を中心に情報提供を行っていく予定です。一人ひとりの運動の成果が計りづらい問題ですが、電気・ガソリン・灯油・水道の節約など、皆さんも節約術の一環として、この運動に取り組

## 2月の救急医療当番

4日(土)	内科	昼	中山 医院 ☎783-5500
		夜	ゆきぐに大和病院 ☎777-2111
	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	5日(日)	内科	昼
		夜	県立六日町病院 ☎772-7111
	外科	昼	休日救急診療所
		夜	県立六日町病院
11日(祝)	内科	昼	休日救急診療所
		夜	県立六日町病院
	外科	昼	休日救急診療所
		夜	県立六日町病院
12日(日)	内科	昼	休日救急診療所
		夜	ゆきぐに大和病院
	外科	昼	休日救急診療所
		夜	ゆきぐに大和病院
18日(土)	内科	昼	市立城内病院 ☎775-2009
		夜	ゆきぐに大和病院
	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	19日(日)	内科	昼
		夜	県立六日町病院
	外科	昼	休日救急診療所
		夜	県立六日町病院
25日(土)	内科	昼	青葉すこやかクリニック ☎782-1000
		夜	県立六日町病院
	外科	昼・夜	県立六日町病院
	26日(日)	内科	昼
		夜	ゆきぐに大和病院
	外科	昼	休日救急診療所
		夜	ゆきぐに大和病院

### ◎診療時間

昼…土曜12:00～18:00/日曜・祝日9:00～16:00  
夜…土曜・日曜・祝日18:00～翌朝6:00

◎脳神経外科の休日救急医療は、土曜の正午～翌朝6時と日曜・祝日の午前6時～翌朝6時まで。斎藤記念病院(☎773-5111)で診療しています。

### 《休日救急診療所 所在地》

南魚沼市役所本庁舎となり 南魚沼市保健センター内  
★お問い合わせは 日曜・祝日…休日救急診療所 (☎773-6688)  
その他…魚沼消防署 (☎782-1991 テレホンガイド)

## 編集後記