



# 市報 みなみ魚沼

2005  
10.1

第11号

**新たな旅立ちへの誓い**  
**10月1日、新生「南魚沼市」スタート!!**

## おもな内容

## CONTENTS

市長・議長あいさつ	2・3
大和PAスマートIC社会実験	4・5
10月1日は、国勢調査。	6
ご長寿100歳	7
各課からのお知らせ	8~11
掲示板&伝言板	12~16
Newsプラザ	17
まなびのひろば	18~21
健康ひろば	22・23

別冊:10月のおまつり特集

## 人口の動き

(平成17年8月31日現在)

人口	63,142人(-16)
●男	30,963(-11)
●女	32,179(-5)
世帯数	18,564



# 「自然・人・産業の和で築く安心のまち」づくりのために 輝かしい新市建設に向けて

南魚沼市長 井口 一郎

平成17年10月1日、「南魚沼市」が新たな一步を踏み出す記念すべき日を迎えました。一度破れた合併の夢は、市民の皆様並びに関係者のご理解とご努力により成就し、本日、新たな時代に向けたまちづくりが始まりました。

新市づくりは、市民の願いや夢を大切にしながら、それぞれの地域特性を磨き、6万5千市民による新たな伝統や文化を育むまちを創造してゆく壮大な事業です。

当市は、自然の恵みと、これらに育まれた全国ブランドの魚沼米、雪・温泉を生かした観光など、たくさん

の地域資源に恵まれています。先人たちが築き上げてきた伝統、文化など、これらの財産を守り育て後世に残すことが私たちの使命と考えます。

新市まちづくり計画のテーマである「自然・人・産業の和で築く安心のまち」の実現のために、震災の教訓を生かした災害に強いまち、生まれてから生涯をこの地で安心して過ごすことができる地域完結型のまち、皆様が「合併してよかった」と実感できるようなまちづくりを進めてまいります。

厳しい情勢下ではありますが、一日も早く旧市町の垣根を取り払い、

市民の皆様とともに知恵を出し合い、創意工夫に富んだまちづくりに邁進する所存であります。

輝かしい新市建設に向けた市民の皆様的情熱にご期待申し上げます。積極的な市政への参画と、協働により新しい魅力あふれる南魚沼市を築こうではありませんか。



新たな飛躍のために

## 意識改革を目指しましょう

南魚沼市議会議員 駒形 正博

塩沢町を加えての、合併おめでとうございます。三町による合併が一度は破綻しましたが、高野前塩沢町長をリーダーとして、有識者の皆さんのご努力と住民の皆様のご理解により、合併特例期間内に合併できたことは、大変意義深いことと思います。

合併はあくまで手段であって、合併してよかったといわれる街づくりはこれからです。私は将来、周辺市町村の皆さんから「南魚沼市に住みたい」と言われるような街づくりを目指したいと考えています。南魚沼市は豊かな自然に恵まれているのに加え、上越新幹線、関越自動車道、

国道17号、国道291号が市内を縦断しており、将来上越魚沼快速道路が六日町ICに接続し、国道17号バイパスが整備されるなど、交通体系に大変恵まれ、さらに、魚沼地域基幹病院の誘致も決まり、まさに、魚沼地域の中心的役割を担うにふさわしい都市の誕生と考えています。

そこで、真の中核都市を実現するためには、市民一人ひとりの意識改革が必要と考えています。自分の住んでいる地域がへき地にならないために、一人ひとりが何をすべきか知恵を出し合い、議員を中心にして市に提案をしていく姿勢が必要です。

10月23日に行われる第1回市議会議員選挙において、30人が選ばれてからが本当のスタートだと考えています。

私は、意識改革を提案しましたが、まず議員と市職員が、現在の立場と報酬は市民から保障されていることに気付き、市民に対応できれば、第一歩がスタートしたといえるでしょう。最後に、新南魚沼市の限らない発展と、災害のない南魚沼市であることを祈念しまして、あいさついたします。

関越自動車道

パーキングエリア

インターチェンジ

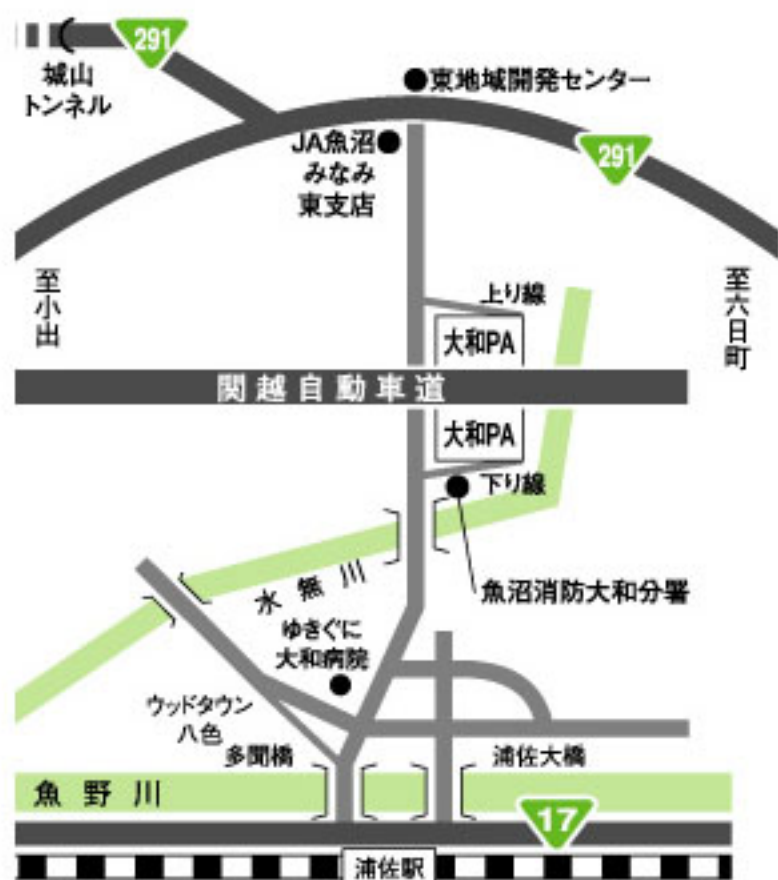
# 大和PAスマートIC

## 社会実験

延長戦に勝利して恒久化を実現しよう!!

問い合わせ 企画情報課 ☎773-6672

もっともっと延長します! 3月31日まで ◆朝6時～夜10時◆



▼9月25日まで延長決定された大和PAスマートIC社会実験は、皆さまからの熱いご要望にお応えして、9月26日以降も継続して実施することとなりました。1日の運営時間帯は朝6時から夜10時までです。

▼今回の延長の目的は、冬季降雪時の利用状況を確認するとともに、安全上問題がないかも検証するものです。また、可能な限り経費を削減し、どこまで効率化が図れるかも検証することとなっています。

▼実験延長は恒久設置に向けた第一歩ではありますが、恒久設置の決定を得るためには数々の課題があります。その課題をクリアしてゆかないと、恒久設置に届かないまま実験終了となってしまっておそれがあります。

▼なんと言っても利用台数を伸ばすことです。現在平日は400台程度、休日は300台程度で、平均すると370台程度に止まっています。何台以上なければ落第ですという基準は示されていませんが、大和インターは全国

では利用の少ないほうに位置します。「採算のとれない箇所は採択できない」というのが、民営化して経営立て直しを図る東日本高速道路株式会社(旧日本道路公園)の大前提です。平均500台をめざして、皆さまのご協力を切にお願いたします。

**10月16日(日)**  
**台併記念・5万台達成記念**  
**利用者プレゼント**

社会実験開始から5か月半、皆さまからの温かいご支援により、10月半ばで利用台数が5万台に達します。達成日は確定できませんが、5万台の利用者の方には粗品を差し上げます。また、新市誕生と5万台達成を祝して、次により利用者プレゼントを行います。行業の秋、ハイウェイドライブはいかがですか。きっと良いことがありますよ。

■日時 10月16日(日) 朝6時～

(プレゼント終了まで)

■場所 大和PAスマートIC、

上下線ETCゲート

■対象 ETCゲート通過車、

上下線各先着50台

※プレゼントの内容は未定です。

(お楽しみに!)

**冬こそ高速道路！**  
**通勤・通院・営業に、**  
**安全・確実な高速道利用を！**

降雪期は、除雪作業や事故の多発等で一般道はどうしても通りにくくなります。「〇時までには到着しなきゃいけない」とときには、高速道路が有利で確実です。昼夜を通して完全除雪を行っている高速道路を「生活道路」として積極的に利用してください。

## ガソリン券は 10月31日で終了

6月1日から9月25日までの間に大和スマートICを利用した回数に応じて（3回で1,000円、5回で2,000円、10回で5,000円）ガソリン券を発行しています。

現在までに約300名が交付を受けられました。皆さまのご協力に感謝いたします。

ガソリン券の発行は10月31日まで行いますが、有効期限も10月31日です。お早めに請求してください。11月以降、ガソリン券は発行いたしません。

## ETC車載器

### 購入取付費の補助を再開します

本年2月15日に終了したETC車

載器の補助を、10月1日から再開します。これまで旧大和町、2町合併後の南魚沼市でETC補助を行ってききましたが、このたび塩沢町と合併し、新生南魚沼市となったことから、新市内全域を対象にETC補助を再開することといたしました。2月から9月までにETCを取り付けた方には大変申し訳ありませんが、10月1日以降新たに取り付ける方を対象に補助金を交付しますので、ご了承ください。

■申請期間 11月30日（水）まで

※予算に限りがありますので、申込者多数の場合は期間の満了を待たずに締め切ることがあります。

#### ■申請方法

- ETC車載器を購入、取り付け後、ETCカードのコピーと業者からの領収書またはセットアップ証明書等実際に取り付けたことを証明する書類を付して補助金交付申請書を提出してください。
- 書類を確認して指定口座に補助金を振込みます。
- 申請書の用紙は次のところに配布しています。

■補助金額 5,000円/1器  
 ※個人は1器、法人等は5器まで

#### ■対象者

- 南魚沼市に住所を有する個人
- 南魚沼市内に事業所を有する法人等（当該事業所において使用する自動車に限る）
- 南魚沼市内の事業所に勤務し、または病院に入院する個人

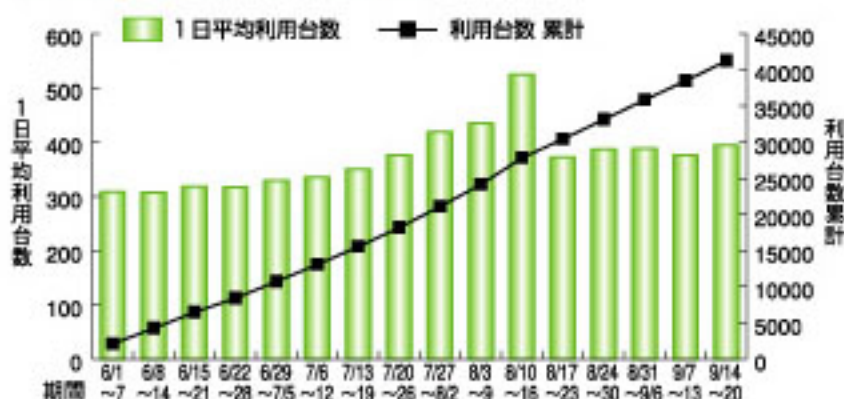
※購入・取付にかかる総費用が1万円を超えない場合は対象外となります。

■対象車種 軽自動車、普通車



●ETCカード  
 実際のカードとは、デザインが異なる場合があります。

### 週ごとの1日平均利用台数



### スマートICとは？

スマートインターチェンジとは、料金所を置かず、ノンストップ料金收受システム（ETC）を搭載した車のみが利用できるインターです。これにより管理費の削減や接続道路を短くできるなどの利点があります。国土交通省では、高速道路の利用拡大を図るため、このスマートICの導入を推進しています。



2005

**国勢調査**

平成17年10月1日(土)



**10月1日は、  
国勢調査。**

October 1 is Population Census Day.

日本に住む一人ひとりが、この国の明日を担ってる。  
Every person living in Japan plays a part in our country's future.



**Single:**  
一人暮らしの  
あなたはもちろん  
日本に住む  
すべての人が対象。



**Safety:**  
総務大臣から任命された  
国勢調査員が、10月上旬に  
調査票の回収に伺いますので  
安心です。



**Security:**  
調査票の記入内容は  
しっかりと保護されます。  
※調査関係者には、  
守秘義務があります。

日本に住むすべての人が対象となる国勢調査。  
5年に一度行われる、いまの日本を知るうえで大切なこの調査に  
みなさんのご理解とご協力をよろしくお願いします。

The respondents of the Population Census are all people living in Japan. The Census, which is conducted every five years, is very important to know the present situation in Japan. We sincerely ask for your understanding and cooperation.

- 人口の転換期を迎えつつある日本の21世紀最初の国勢調査です。
- 少子高齢化への取組やみなさんの街づくりにいかされます。

**調査票の記入はお済みですか？**

- 10月1日を基準日として、平成17年国勢調査が行われています。
- 国勢調査は日本に住んでいるすべての人が対象となります。
- 10月上旬に、国勢調査員が、皆さんのお宅へ調査票を受け取りにうかがいます。
- 黒鉛筆で、所定の事項に正しく記入してください。
- 国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査の秘密は保護されています。

(注意) 調査票が届いていないときは、市役所へご連絡ください。

■お問い合わせ 企画情報課 ☎773-6672

# おめでとうございます！

# ご長寿 100歳

今年度、市内で100歳を迎えられる方は14人いらっしゃいます。その14人のご長寿の皆さんを写真で紹介します。

また、今年度101歳(を迎えられる)以上の方が、市内では18人いらっしゃいます。

9月7日と21日、塩沢町(当時)と南魚沼市でそれぞれ、行政や福祉関係機関などの代表が皆さんを表敬訪問し、祝状や記念品を贈呈して長寿をお祝いしました。



小林 ヤエさん  
(小栗山)



関 リャウさん  
(宮)



桑原 多嘉さん  
(清水瀬)



中嶋 キクさん  
(四十日)



黒滝 マサさん  
(上出浦)



石川 スミさん  
(天王町)



林 イシさん  
(下一日市)



細矢 光一さん  
(大木六)



小林 ケサさん  
(大木六)



南 霧クニさん  
(天野沢)



鈴木 勲策さん  
(四分区)



鈴木 ケンさん  
(下大月)

「この年に生まれた著名人」

- ・ジャン・ポール・サルトル (哲学者、作家)
- ・グレン・ガルボ (女優)
- ・フレデリック・ダネイ (作家)
- ※いとこのマンフレッド・B・リーと
- 共にエラリー・クイーンとして活躍
- ・ハワード・ヒューズ (実業家)
- ・ロバート・E・ハワード (作家)
- ・愛新覚羅溥儀 (清朝最後の皇帝)
- ・朝水振一郎 (物理学者)

「出来事」

- ・日露戦争(〜九月)
- ・ノルウェーがスウェーデンから独立(六月)
- ・シベリア鉄道開通(十月)
- ・アルバート・アインシュタインが特殊相対性理論発表(六月)
- ・夏目漱石「我輩は猫である」連載開始(二月)
- ・奈良県で最後のニホンオオカミ捕獲

100年前はどんな年？  
(一九〇五年四月〜一九〇六年三月)



佐藤 カツさん  
(枝吉)



関口 モトさん  
(南田中)

# 来年度の市・県民税に影響する 制度改正のあらまし

平成17年7月現在

平成18年度の市・県民税(住民税)の計算が、地方税法等の改正により変更となります。ご理解とご注意をお願いします。

## ① 定率による税額控除の見直し

<表1>

改正	現行
個人住民税所得割額の7.5%相当額(上限2万円)	個人住民税所得割額の15%相当額(上限4万円)

## ② 65歳以上の方に適用される非課税限度額の廃止

年齢65歳以上の方のうち、前年の合計所得が125万円以下の方に對する非課税措置が廃止されます。(障害者、未成年者、寡婦・寡夫、生活扶助を受けている方は変更ありません)

■経過措置として、平成17年1月1日において65歳に達していた方で、前年の合計所得が125万円以下である方については、所得割と均等割の税額が：  
 ・平成18年度分→3分の2を減額  
 ・平成19年度分→3分の1を減額  
 ・平成20年度以降→減額なし  
 となります。

## ③ 給与支払報告書提出対象者の範囲拡大

個人住民税の特別徴収義務のある給与支払者(事業所など)は、平成18年1月1日以後に給与(30万円を超える)を受けている方が退職した場合は、退職日の翌年1月31日までに給与支払報告書を市に提出することが義務付けられます。  
 \*特別徴収：事業所等が住民税納税義務者(被雇用者)の給料から住民税を天引きし、該当職員分をまとめて毎翌月に市へ納付する制度。これに對して個人が口座から振替えるものや現金で金融機関に納付する方法を普通徴収といいます。

## ④ 特定口座で管理されていた株式の無価値化によるみなし譲渡損の特例

特定口座で管理されていた株式につき、発行会社の清算終了等による無価値化損失が生じた場合には、一定の要件の下で株式の譲渡損失とみなします。  
 ※平成17年4月1日以後に特定口座内保管上場株式等につき上場株式等に該当しないこととなった場合について適用

## ⑤ 牛の売却による農業所得課税特例の適用期限の延長

適用期限が平成21年度まで延長されます。

## ⑥ 特定中小会社が発行した株式に係る譲渡所得課税特例の適用期限の延長

適用期限が平成19年3月31日まで延長されます。

以上が、本年の地方税法改正に伴う市税条例の主な改正点です。また、これ以前の税制改正等により、平成18年度から住民税に影響するものとして、

## ⑦ 個人住民税均等割の見直し(継続)

個人住民税均等割の納税義務を有する夫と生計を一にする妻で、夫と同じ市町村内に住所を有する方(均等割非課税限度額を超える妻)に對する課税について、平成17年度2分の1課税(市・県で2、000円)だったものを、平成18年度以降全額(同4、000円)で課税することになります。



⑧ 高齢者控除の廃止

年齢65歳以上の方で、合計所得金額が1,000万円以下の方に適用されていた高齢者控除(48万円)が廃止されます。

⑨ 年齢65歳以上の  
公的年金の控除額の見直し  
(65歳未満は変更なし)

(年金収入額=X円)

収入額 (万円) (万円以下)	平成17年度(現行) 控除額	平成18年度~ 控除額
~ 260	1,400,000円	1,200,000円
260 ~ 330	0.25X+750,000円	0.25X+375,000円
330 ~ 410		0.15X+785,000円
410 ~ 460		0.05X+1,555,000円
460 ~ 770	0.15X+1,210,000円	0.05X+1,555,000円
770 ~ 820	0.05X+2,030,000円	
820 ~	0.05X+2,030,000円	

例えば、年金額300万円の場合の所得額は、平成17年度は150万円、平成18年度では180万円となります。

参考

年齢に関係ない  
非課税制度

右ページ①の制度は段階的に廃止されますが、年齢に関係なく一定の所得額(非課税限度額)以下の方は、均等割や所得割の住民税が非課税になります。(個人の住民税は、均等割と所得割で構成されています)

非課税限度額の計算方法

- 均等割: 28万円×(本人+配偶者+扶養人数) + 加算額17・6万円(加算額は、傍線部分が0人の場合は0円)
- 所得割額: 35万円×(本人+配偶者+扶養人数) + 加算額35万円(加算額は、傍線部分が0人の場合は0円)



〔例〕

夫(66歳。妻を配偶者控除対象としている)と妻の2人世帯で、夫の収入が公的年金のみの場合、夫の非課税限度額は、  
 ・均等割: 所得額73・6万円  
 (年金収入193・6万円まで)  
 ・所得割: 所得額105万円  
 (年金収入225万円まで)  
 となるので、夫の公的年金収入額が193万円であれば住民税は非課税となり、200万円の場合は、均等割は課税されますが、所得割は非課税となります。

〔計算〕

夫の年金収入が200万円の場合、合計所得は80万円  
 (年金収入200万円ー※年金控除額120万円=80万円)

均等割の限度額73・6万円。夫の所得が限度額を超えているので、均等割は課税されます。  
 所得割の限度額は105万円。夫の所得は限度額以下なので、所得割は非課税となります。

年金控除額: 表2参照

所得額は、合計所得額が非課税限度額を超えた場合に課税対象となりますが、税額計算は、合計所得から雑損、生命保険料、扶養、配偶者、基礎、障害者控除等を控除した後の額に税率を掛けて算出し、そこから税率控除等(配当控除、定率税額控除等)の額を差し引きます。

塩沢庁舎にも  
自動交付機を設け

11月1日から、塩沢庁舎でも証明書等の自動交付機をご利用いただくことができます。

既に本庁舎や大和庁舎では、早朝や夜間・休日でも、自分で住民票・印鑑証明・戸籍・戸籍附票の発行ができる、自動交付機が稼働しています。

利用には暗証番号を  
登録したカードが必要

自動交付機を利用するためには、市役所で「暗証番号」の登録を行った、旧塩沢町の印鑑登録証または南魚沼市の「印鑑登録証兼市民カード」が必要となります。

暗証番号の  
登録を受け付けます

塩沢地域の方を対象としては、10月11日(火)から塩沢庁舎窓口(本庁舎、大和庁舎でも可)において「暗証番号」の登録受付を開始します。どうぞご利用ください。

# 知っていますか? 気象情報の発表区域

—注意報・警報の対象区域と名称—



## 警報と注意報

警報は大雨や大雪などによって重大な災害が起こるおそれがある場合に、また、注意報は被害が予想される場合に発表します。県内を14区域に分けて発表し、南魚沼市は湯沢町と共に「魚沼南部地域」に含まれます。

南魚沼市と湯沢町の合併に合わせて…

## 「記録的短時間大雨情報」の発表区域と名称が変更されました

### 記録的短時間大雨情報とは

この情報は、大雨警報を発表中に、数年に一度しか起こらないような短時間の非常に激しい雨を観測した場合、更に強く警戒を呼びかけるために発表されています。南魚沼市での発表基準は1時間雨量80ミリ以上です。

### 発表の形式

平成17年10月1日から、記録的短時間大雨情報は次のように発表します。

①レーダー・アメダス解析雨量で大雨を観測した場合  
大雨となっている地域を具体的に伝えるため、南魚沼市を旧町区分で3分割して発表します。



- ★「南魚沼市北部」＝大和地域
- ★「南魚沼市中部」＝六日町地域
- ★「南魚沼市南部」＝塩沢地域

②アメダスの「塩沢地域雨量観測所」で大雨を観測した場合  
市名と観測所名を組み合わせて「南魚沼市塩沢」の名称で発表します

### 情報の入手と利用

ここで紹介した気象情報は、状況に応じてすべてテレビやラジオなどで報道されます。また、新潟地方気象台ホームページ (<http://www.tokyo-jma.go.jp/home/nigata>) では最新の情報を入手することができます。どうぞご利用ください。

■詳細問合せ  
新潟地方気象台 防災業務課  
025-244-1703

## 旧大巻小学校用地分譲のご案内

南魚沼市では、旧大巻小学校用地を分譲いたします。皆さまのお申し込みをお待ちしています。

★分譲条件 住宅用地もしくは店舗用地としての利用に限定。

★申込方法 所定の申込書に必要事項を記入のうえ提出してください。

- 所在地 南魚沼市大杉新田地内
- 面積 247㎡ (75坪)～  
390㎡ (118坪)：4区画
- 地目 宅地(整地済)
- 分譲価格 5,227,000円～  
(60,000円/坪～)



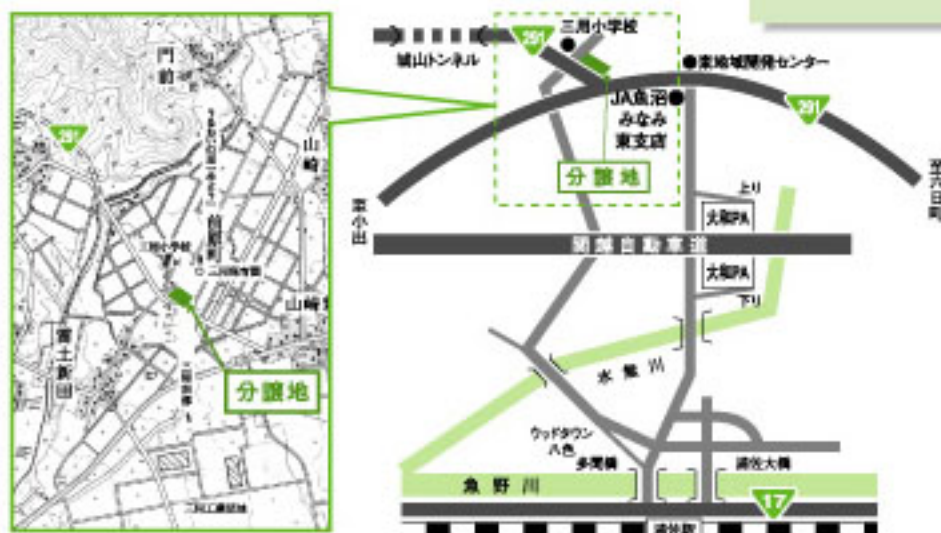
## 三用住宅団地(第2期)分譲のご案内

南魚沼市では、三用住宅団地(前原町)を分譲いたします。皆さまのお申し込みをお待ちしています。

★分譲条件 住宅用地もしくは店舗用地としての利用に限定。

★申込方法 所定の申込書に必要事項を記入のうえ提出してください。

- 所在地 南魚沼市前原町地内
- 面積 258㎡ (78.2坪)：1区画  
316㎡ (95.6坪)：3区画  
336㎡ (101.8坪)：1区画
- 地目 宅地(整地済)
- 分譲価格 5,320,800円～  
(68,000円/坪～)



### 分譲地に関する お申し込み・お問い合わせ

お申し込み・お問い合わせは、  
市役所 財政課(本庁舎)へ  
TEL 773-6671  
FAX 772-3055  
どちらの分譲地も、申込書は  
財政課、大和地域課、塩沢地域  
課に用意してあります。  
市のホームページからもダウ  
ンロードできます。

# 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：費用   切：締切   内：内容   講：講師
- 本：本庁舎   大：大和庁舎   塩：塩沢庁舎

### 大和地域 不燃物の収集を お休みします

10月1日(土)～10月10日(月)の間、処理施設の修繕のため、不燃物の受け入れをお休みさせていただきます。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

問・環境課 生活交通係

☎782-2440

・エコプラント魚沼

☎025-792-9900

### 今月は児童手当 支給の月です

児童手当制度は、児童を養育している方に手当を支給することにより、家庭における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います。

6月から9月分の児童手当を10月12日(水)に指定の口座に振込みますので、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

### 臨時行政相談

総務省から委嘱されている行政相談員は、住民から行政に対する苦情や疑問の申し出を受けて、その解消を促進する皆さまの相談役です。

総務省では、10月17日から23日までを「行政相談週間」と定めています。南魚沼市でも、毎月実施している定例相談のほかに、次のように臨時相談日を開催します。

#### 〈六日町地域〉

日 10月6日(木)

午後1時～4時

場 大会議室(2階)

相 青木 孝(緑町)

#### 〈大和地域〉

日 10月7日(金)

午前10時～午後3時

場 市民相談室(1階)

相 小幡孝雄(一村尾)

#### 〈塩沢地域〉

日 10月14日(金)

21日(金)・28日(金)

午後1時～4時

場 塩沢老人福祉センター

相 角谷文司(三分区)

問 総務課 庶務係

☎773-6660

### 心豊かな子育て教室

♪一歳になったら各地区的に「そだち学級」へ♪  
一緒に遊ぼう、楽しもう!

#### 六日町地区

日 10月15日(土)

午前10時～11時30分

(午前9時30分受付開始)

場 北辰小学校体育館

内 ミニ運動会 ほか

持 タオル・水筒

対 1歳児から入園前の幼児

とその親など

♪赤ちゃんの心を育てましよう♪

### 第3回「めばえ学級」

日 10月22日(土)

午前10時～11時30分

(午前9時40分受付開始)

場 サンライズ南魚沼

内 楽しく食べよう!

対 ティータイム ほか

0歳児親子、ママニティーのパパ・ママなど

#### 〈共通事項〉

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。

保険料として1人につき10円のご負担をお願いします。

申込不要。直接会場へおこしください。

☆教室をお手伝いして下さるボランティアさんも募集しています。

問 青少年育成センター

☎773-6611

ikusei@ap.wakwak.com



# しおざわ 産業まつり

日時 11月3日(木)

午前9時～午後3時30分

開催場所

市立今泉博物館とその周辺

開催イベント

①メインイベント

ふれあい鍋、熱気球体験、しおざわ匠の村 など

②ステージイベント

プラスバンド演奏会、エアロピクス、よさこいソーランなど

③展示・即売コーナー

JAふれあい村、商工会わいわい市、高速道路コーナー、フリーマーケット、チビッコ広場 など

④その他イベント

土石流3D体感シアター、ミニ消防車・ねこバス乗車体験、ヘリ遊覧など

▼内容は一部変更になる場合があります。

問合せ 商工観光課商工振興係

☎782-0255

## 10月8日(土) 第27回 六日町地区 交通事故防止 町民大会



町民大会

時間 午後1時30分

会場 市役所本庁舎

大会議室(2階)

内容 優良運転者表彰、交通安全講話 ほか

パレード

時間 午後3時～4時

コース 六日町地区一円

(市役所本庁舎駐車場発着)

内容 ハーレーダビットソンの約40台・大型バス2台のパレードです。

ハーレーダビットソンのサイドカーに乗ってパレードに参加できます。乗車希望者は出発時間前までに受付に申し出てください。

ハーレーダビットソン展示

時間 正午～

会場 市役所本庁舎駐車場

内容 体験乗車、写真撮影

問合せ 環境課 生活交通係

☎782-2440

# 「開運!なんでも鑑定団」

## 出張鑑定大会 in 越後湯沢

### 鑑定品募集

あなたのお宝大募集!!

美術品からお菓子のオマケまで、時代・分野を問いません!

収録日時 12月11日(日)

正午開場、午後1時～3時

場所 湯沢カルチャーセンター

応募方法

鑑定申込書に必要事項を記入のうえ、写真3枚以上を添付して左記に郵送してください。

収録日に会場に来ることができない方に限ります。

〒949-6192 湯沢町

産業観光課「鑑定団お宝係」

※申込書の請求もコチラまで

応募締切 10月31日(月) 必着

### 観覧募集

■観覧日時 12月11日(日)

正午開場、午後1時～3時

■場所 湯沢カルチャーセンター

■応募方法

往復はがきに必要な事項を記入し、お送りください。

はがき1枚につき1名、応募多数の場合は抽選を行います。

・往信おもて

〒949-6192 湯沢町

産業観光課「鑑定団観覧係」

・往診うら

「出張鑑定団観覧希望」、住所、

氏名、電話番号

・返信おもて

ご自分の郵便番号、住所、氏名

・返信うら

白紙(何も書かないでください)

■応募締切 11月15日(火)消印有効

■当選通知 11月25日ごろ



★問合せ 湯沢町 産業観光課

☎784-4850、FAX780-6072

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

へお聞きになりたい

テーマを選んでください

10月3日(月)～11月7日(月)

テ ー マ

①くらしの情報 (毎月第1月曜日正午更新)
・ ネットトラブルにあわないために
・ 未成年者が契約するとき
②消費生活相談事例 (毎月第1月曜日正午更新)
・ 訪問販売のトラブル
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
・ 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。

「無料のつもりでアダルト  
サイト、出会い系サイトを利  
用したら料金を請求された」  
というトラブルを避けるため  
に!!

携帯電話は、画面が小さい  
ので一度に多くの情報を見る  
ことができません。利用規約  
は見にくい場所にあり、読み  
づらい場合がほとんどです。

そのため、規約をよく読まずに  
登録しがちです。サイトの利用  
規約が「当サイトに登録すると  
提携サイトに登録される」、「提  
携サイトの利用規約にも同意  
したものとする」となっている  
場合が多くあります。ほかに  
「無料ポイント」と称して実は  
無料ポイントが終わると連絡  
もなく有料になったり、「利用  
料無料」と称して実は登録料  
が有料といった例もあります。  
利用規約には、契約内容や料  
金について重要事項が書かれて  
います。有料サイトはもちろん  
のこと、「無料」サイトでも必ず  
最初に全項目を読み、「何が無  
料なのか」「なぜ無料なのか」を  
よく確認し、「無料」の誘いには、  
くれぐれも注意しましょう。

最近、県や市、行政区と関  
係があるような触れ込みで、  
「勉強会」「学習会」の案内  
チラシが配られたお宅がある  
ようです。実際には行政等が  
関与しないことがありますの  
で、十分注意しましょう。用  
がないところには行かない。  
契約するときは、必ず家族  
に相談しましょう。

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  
・ 商工観光課 商工振興係

# 伝言板

## 国・県等からのお知らせ

特設人権相談所

相談は無料、秘密は堅く守  
られます。

- ① 家庭内 (夫婦・親子・結婚・  
離婚・相続等) 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
- ② 借地借家、土地・建物の登  
記、戸籍の問題

③ 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  
10月11日(火)  
午後1時～4時  
南魚沼市民会館

〔相談担当〕  
人権擁護委員、法務局担当者  
〔最寄りの人権擁護委員〕  
・ 関 紀子(宮) ☎774-2014  
・ 多田文昭(東泉田) ☎773-5286  
・ 南雲勇(山口) ☎775-2335  
・ 水落東洋子(五日町) ☎776-2983  
法務局六日町支局  
☎772-3742

災害で被害を受けた方へ  
所得税の軽減措置

新潟県中越大地震や新潟・  
福島豪雨に際し、被災した住  
宅などの修理などを行い、そ  
の代金を支払った場合には、  
所得税の軽減措置の適用を受  
けられる場合があります。確  
定申告に備え、修理代金支払  
いに関する領収書や契約書、

請求書などを保存しておい  
てください。  
詳細は今後、説明会を開催  
してお知らせする予定です。  
☎0258-83-2093  
小千谷税務署個人課税部門

「カトリック被災者救済  
県民募金」

米国ハリケーン「カトリ  
ック」による被害に対する県民  
募金にご協力ください。  
中越大地震時に多大な支援  
をいただいた米国のご厚情に  
お応えするため、県民の皆さ  
まの善意をお寄せください。  
募金の振込先  
・ 第四銀行県庁支店  
(普) 1267402  
・ 北越銀行県庁支店  
(普) 250350  
・ 大光銀行新潟支店  
(普) 2224444  
三行の本支店窓口で振込可  
(振込手数料は無料)  
10月31日(月)  
米国ハリケーン被害  
新潟県民募金事務局  
(国際文化交流課内)  
☎025-280-5099

**新潟県最低賃金は  
645円(時間額)**

新潟県最低賃金が改正されました。新しい最低賃金(時間額/平成17年9月30日から)は、645円です。アルバイト・臨時採用など、雇用形態を問わず、新潟県で働くすべての人が対象となります。

**問** 新潟労働局賃金室  
☎025-234-5924

**10月は  
里親月間です**

里親制度を知っていますか。近年、児童虐待などで家庭に恵まれない児童が増えていきます。こうした児童の多くは、児童福祉施設で暮らしていますが、児童の健全成長には、あたたかい家庭での生活が欠かせません。このため、児童福祉法で家庭養育制度が設けられ、児童の幸せのために、

「里親制度」が大切な役割を果たしています。

里親には養育里親、短期里親、親族里親、専門里親の4種類があり、児童の状態に合わせて、里親の家庭を提供いただくこととなります。

里親制度について詳しくお知りになりたい方は、児童相談所におたずねください。

**問** 新潟県南魚沼児童相談所  
☎770-2400

**都市再生街区基本調査  
を実施します**

国土交通省では、市内の人口集中地区で、地籍調査のための基礎調査を行います。現地調査がありますので、ご協力をお願いします。

調査員は、原則として民地に立ち入りません。

**期** 10月中旬～来年3月下旬

**対** 六日町地域の市街地  
(下図の範囲)

**問** 都市再生機構東日本支社  
都市再生企画部  
☎03-5323-2427



**安全な  
山菜採り・登山を!**

- ①コース・日程等は十分に把握し、ゆとりを持った計画を立てましょう。
- ②家族に行き先をしつかり連絡し、できるだけ一人でも入山しないようにしましょう。
- ③雨具・飲料水・食料は余裕を持って、できるだけ携帯電話や無線機を携帯しましょう。
- ④天候が変わりやすいので、気象判断は慎重にし、事前に天気予報等で十分確認しておきましょう。
- ⑤天候や体調に異常を感じたら、無理をせず引き返しましょう。

**経済講演会**

どなたでも気軽にこ来場ください。

**日** 10月13日(木)  
午後3時30分

**場** 六日町商工会館 研修室  
高橋英行氏  
(日本銀行新潟支店長)

**テーマ**  
どうなる!県内景気の動向

**問** 六日町商工会  
☎772-2590

**きのこ講習会**

正しい「きのこの知識」を身につけ、きのこによる食中毒から身体を守りましょう。

**日** 10月5日(水)  
午前10時～午後1時

**場** 五十沢キャンプ場  
きのこ採取、きのこ展示、きのこ汁サービス、講演

**講演テーマ**  
きのこ鑑別について

**講師** 上村克彦さん  
(魚沼きのこの会会員)

**問** 南魚沼食品衛生協会  
☎773-2127

**普通救命講習**

魚沼消防本部では、「AED」と呼ばれる心臓に電気ショックを行う器械の取り扱いと、

いざというときの応急手当や心肺蘇生法を学ぶ講習会を次の日程で開催します。

**日** 10月22日(土)  
午後1時30分～4時30分

**場** 魚沼消防本部3階  
30人

**甲** 魚沼消防本部 救急係

**魚沼消防本部からの  
お知らせ**  
☎782-9119

**消防団の  
秋季連合消防演習に伴う  
打鐘・サイレン吹鳴**

当日は、町内にサイレン・半鐘が鳴ります。火災と間違わないよう、ご注意ください。

**六日町地域**  
10月9日(日) 正午

**大和地域**  
10月16日(日) 正午

**日** 10月16日(日) 正午

**上越新幹線  
夜間走行訓練**

災害・異常時における早期復旧と安全作業の確立を図ることを目的とした訓練です。深夜運転ということでご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

**日** 10月11日深夜～12日早朝  
**走行区間** 越後湯沢～新潟駅

- ・上り列車1本
- ・下り列車2本

**問** JR東日本新潟支社

総務部安全対策室

☎025-248-5181

**NPO魚沼創造  
魚沼人間塾・地域教育塾  
合併記念講演会  
生きる（て）素晴らし**

プロジェクトX（NHK）

や情熱大陸（TBS）にも登場している講師により、自らの体験から少しでも多くの人たちを救いたいと、全国に骨髄バンク推進運動を展開された情熱を語っていただきます。

**日** 10月14日（金）

午後6時30分～8時30分

**場** 南魚沼地域振興局 講堂  
**講** 大谷貴子氏（全国骨髄バンク推進連絡協議会副会長）

**定** 先着100人（100席

を用意。それ以上は立ち見）事前の申込受付はいたしません。

**料** 無料

**問** NPO法人 魚沼創造

☎782-5165

**南魚沼地域広域連合  
ふるさと市町村基金事業  
小・中学生のための  
国際交流  
もとも知ろう友達の国  
PART2**

**日** 10月16日（日）

午後1時～4時

**場** 働く婦人の家〔浦佐〕

**内** ・世界の子どもたち（地雷や貧困）についての話

・韓国料理を作ろう！

（ちぢみ作り体験）

・英語で遊ぼう！

**定** 50人

**申** うおぬま国際交流協会

（UMEX-メール）

なるべくFAXかEメールで

☎779-11520

☎779-1180  
URL: <http://www.umex.ne.jp/>  
Eメール: [office@umex.ne.jp](mailto:office@umex.ne.jp)

**第14回  
六日町美術協会展**

六日町美術協会では、一年間の創作活動の成果を発表する作品展を開催します。

お気軽にお出かけいただき、ご覧のうえ感想などお聞かせください。

**期** 10月15日（土）・16日（日）

**時** 午前9時から

15日は午後6時まで  
16日は午後4時まで

**場** 市民会館 多目的ホール

**料** 無料

**合** 合評会（16日）

・絵画：午後1時30分～

講師 山本安雄

・書道：午後2時～

講師 鈴木大嘉

・写真：午後2時30分～

講師 樋口昭夫

・彫刻：午後3時～

講師 野上公平

・工芸：午後3時20分～

講師 今成 修

**問** 六日町美術協会事務局

☎772-3222

**南魚沼シルバー  
人材センター  
からのお知らせ**

**シルバー人材センターとは**

「今までの経験や技術を生かして働きたい」、「社会に役立ちたい」という健康な高齢者にふさわしい仕事を、企業、家庭、公共団体から引き受け、会員に提供する県知事許可の公益法人です。

**会員になるには**

南魚沼地域内にお住まいの方で、60歳以上の健康で働く意欲のある方であれば、どなたでも会員になれます。

毎月第2月曜日の午前9時30分から「サンライズ南魚沼」で入会説明会を行っています。気軽にお問い合わせください。（10月は7日）

**会員の仕事は**

●雪囲い・外し、庭木の手入れ、草取り、草刈り、農作業や消毒など  
●宛名書き、賞状書き、自動車運転、配達、屋内外清掃、施設管理など

・六日町 ☎772-4973  
・大和 ☎777-5334  
・塩沢 ☎782-4711

●障子・ふすま張り替え、網戸張り替え、雪片付け、旅館・ホテルの手伝いなど

●福祉・家事援助サービス（病院付添、留守番、清掃、洗濯、買い物、炊事）

**仕事の依頼は**

随時、短期、また仕事量の多少に関わらず、気軽にご利用ください。

**10月11日は感謝の日**

当シルバー人材センターでは、10月11日を「シルバーの日」と定め、日ごろ地域の皆さんからご支援いただいていることへの感謝と一層のご理解を願い、六日町駅、五日町駅、ゆきぐに大和病院周辺および塩沢市街地周辺で除草、清掃などの奉仕活動を実施します。

当日、奉仕作業場所でも入会の相談や仕事の依頼を受け付けます。





## ぶどう収穫祭とワインまつり



9月17日～19日の3日間、八色の森公園（浦佐）で「ぶどう収穫祭とワインまつり」が開催されました。魚沼の豊かな自然を生かして設計された公園には、四季折々の草花が広大な敷地いっぱいに並んでいます。その一角に植えられた生食用ぶどう「藤稔」やワイン用ぶどう「メルロー」「シャルドネ」などの収穫を祝うこのお祭りは4年前から開催されており、今年は約7千人の人出でにぎわいました。今年は「越後メルロー2002」が国産ワインコンクールで銀賞を受賞するなど、ワインもぶどうも出来が良く、「飲む」楽しみも、熟成を「待つ」楽しみも広がります。

◆八色の森公園は、広大な緑地空間だけでなく、池田記念美術館や市民まつり（今月10日開催！）のメインステージとなる野外ステージを有します。特にこれからのシーズン、休日をものんびり過ごしたい方には最高です。心と体を癒すリフレッシュ空間へ、皆さんどうぞお出かけください。

## 故 佐藤正孝さん（雷土）が 旭日単光章を授章

故佐藤正孝さんに国から旭日単光章が授与され、9月17日、市長がご遺族に伝達しました。

佐藤さんは、昭和39年から昭和51年までの3期12年間にわたり旧大和町の議会議員として地方自治の伸展に努められ、議長及び副議長も歴任されました。

また、大和町教育委員会委員を務められるなど、教育分野でも多大な功績を残されました。

旭日単光章（きょくじつたんこうしょう）

長年にわたり地方自治の発展のために寄与し、功績のある者におくられるもの



# NEWS プラザ

みなみうおぬま

## まだまだ若いモンには負けん！ 高齢者大運動会



8月中旬から9月中旬にかけ、各地域で高齢者運動会が開催されました。9月19日、敬老の日に行われた六日町地域の高齢者運動会では、1,200人を超える参加選手が日ごろの鍛錬の成果を発揮し、熱戦を繰り広げました。

## 市の人権擁護委員が表彰を受けました 南雲勇さん★貝瀬幸子さん★森和夫さん

当市の人権擁護委員が、日ごろの人権擁護活動に対する功績を讃えられ、次のとおり表彰を受けました。今後も更なるご活躍を期待します。

おめでとうございます。

関東人権擁護委員連合会長表彰 南雲 勇  
関東人権擁護委員連合会長表彰 貝瀬幸子  
新潟県人権擁護委員連合会長表彰 森 和夫

## ご厚意に感謝いたします

◎高橋寅五郎様（静岡県静岡市在住、南魚沼市上原出身）から100万円のご寄付をいただきました。

（旧六日町にも、過去3回で計300万円のご寄付をいただいています）

◎大毘沙門焼大祭女性部様から、震災復興のために20,521円のご寄付をいただきました。



# ひとひと 女と男 みんなでつくろう! ずーっと住みたい南魚沼市



「女と男の役割について、日ごろ感じていることを語り合しましょう」と、市と(財)新潟県女性財団が主催したこのシンポジウム。4月に結成した準備会が初めて企画運営したイベントですが、9月3日(土)市民会館多目的ホールにて、93名(女性75名、男性18名)の皆さんから参加をいただき、盛大に開催することができました。

第1部シンポジウム。波多野正彦さん(女性財団事務局長)をコーディネーターに、分野別4名(子育て:石黒勝さん、介護:池田實好さん、職場:戸田章子さん、地域:遠藤ユキさん)の市民シンポジストが男女の役割について、自身の体験を交えて発表しましたが、あえて、かつては女性の領域とされていた分野を男性、男性の領域とされていた分野を女性にしました。

第2部グループトーク。第1部を受けて、参加者が4分野別11グループに分かれて、現状や悩み、課題などを語り合いました。たくさんのお話ができましたが、男女共同参画社会への道のりが平坦なものではないこと、多くの人が男女共同参画を望んでいることを再認識しました。

## ~グループトークから~

たくさんのご意見の中から  
一部をご紹介します

- ★子育て…おむつ交換など、男性が育児にかかわる家庭も増えているが、一般的にはまだ平等でない。こどもは7歳までは母性が必要だが、夫婦が子育てについて平等に意見し合い、互いを尊重し、思いやることが重要。
- ★介護…介護は長期間になる傾向、男性の理解・協力が不可欠。介護者同志の交流の場が必要。(介護上の苦勞が多く語られた)
- ★職場…職場では、男女ではなく能力だろうが、女性ということだけで能力が認めてもらえない場合がある。女性ということでも消極的になっている場合もある。出産退職しても、社会復帰できるよう社会整備されるとよい。
- ★地域…区長には女性がいない。市が女性を入れるように推進しないとこの地域は変わらない。女性もすすんでグループ・団体に属し、女性の意見が反映されるようにする。女性が覚悟を決め、力をつけて、積極的になることが必要。

準備会では、今回のような「男女の役割について考える機会」に参加した人が、そのことを家庭・職場・地域で話題にする、それが男女共同参画社会への第一歩と考え、今後も市民対象セミナーを企画開催する予定です。

### 地域セミナー in 南魚沼市②

#### 「そこが知りたい!子育て支援」

子育て世代の声を市の担当者に直接届け、男女共同社会実現に必要な子育て支援について一緒に考えましょう!

- ・南魚沼市の子育て支援(市・子育て支援課長)
- ・質疑応答&フリートーク

★日時 10月26日(水) 午後7時30分~

★会場 南魚沼市民会館 リハーサル室

※保育ルーム設置(参加無料、事前申込制)

### 【第7回男女共同参画推進準備会】

★日時 10月20日(木) 午後7時~9時

★会場 公民館六日町地区館 [市民会館]

★内容 地域セミナー、今後の取組(予定)

※男女共同参画社会とは、「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」です。(男女共同参画社会基本法第2条)

お問い合わせ、準備会やセミナーへの参加申し込みは 公民館[浦佐] ☎777-4671まで

# 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

## 利用者の声 「図書館で会いましょう」

三郎丸 小野塚 貴子さん

南魚沼市図書館には子どもとよく行きます。職員がいて、良い雰囲気のところだと思います。子どもも何年か通ううちに借りる本も多様になり、面白いと思った本を紹介してくれることもあります。感想を聞かせてくれたり、関連したことを一緒に話し合ったりすることで子どもの成長を感じ、考え方をうかがい知る一助となることも度々あります。これからも良い本と出会ってほしいと願っています。

ただ本の中には、汚れや折り目が付けられたものがあり残念です。他にも表紙がとられたり、料理本が切り取られていた事もあるようです。必要ならコピーをしてもらえるので、皆で気持ちよく読めるよう気を付けたいものですね。

テーマは「たべもの」  
 草花あそびもあるよ  
 10月読書のつどい  
 ご案内

日時 10月15日(土)  
 午後2時～3時30分

場所 南魚沼市図書館

テーマ 「たべもの」

内容 エプロンシアター「くいしんぼうのゴリラ」ほか  
 新しい本の紹介・読み聞かせ・草花あそび

対象 幼児・小学生・保護者  
 定員 100人

申込み 10月14日(金)までに  
 図書館へ



■秋の草花を使つての「草花あそび」にみんな集合!!

おぼけの本がたくさんあるのでびっくり!!  
 8月読書会レポート  
 ひこくち感想集

・大型絵本とパネルシアターはおもしろかった。読んでもらった本のなかで「おぼけむら」が特におもしろかった。  
 ・わかりやすいお話のしかた、読み聞かせ前に手遊びをして、子どもの興味をひいているのがとても参考になりました。



年齢別に6つに分かれて読み聞かせをします。

・うたって、おどつて、あそびして、おはなしもきいて、とっても楽しい時間でした。  
 ・子どもたちが楽しみにしていたおぼけのお話でした。かわいいおぼけもいたし、ちょっとこわいおぼけもいて、いろいろなおぼけがいて楽しかったです。  
 ・おぼけの話はともリアールで、ちよっぴりドキドキしておもしろかった。



パネルシアター「1ちよめのおぼけ」



こわいけど.....

「塩沢図書室」も  
 (旧塩沢町公民館図書室)も  
 ご利用ください。

大和図書室同様、公民館図書室として図書館サービスを行います。

10月の休館日 南魚沼市図書館：3日(月)・11日(火)・17日(月)・18日(火)・20日(木・図書整理日)・24日(月)・31日(月)  
 大和図書室：毎週月曜日 塩沢図書室：無休

まなびのひろば

## 気づいた時から 始めよう

六日町 橋宮こずえさん

### 青少年育成センター

私が地区の青少年育成会の活動に参加してはや七年になる。自分の子育てが一段落し、ホッと一息ついていたら育成会からお誘いがあった。

育成会で次々勉強していくと、「自分の子どもが幼児期だった時に知っていれば良かった」と後悔することもたびたび。私のそのころといえは、自分の時間がなくて、一晩ゆつくり寝てみたいとか、低い次元の悩みで頭が一杯で、その時期が子どもの将来にどう影響するのかなど考えてもいなかった。ただバタバタと育てていただけ。先輩方は「今が一番良い時ね。こんな時期はアツという間なんだから。ガンバッテネ」と懇めてくださる。でも私はいつも「早く歩けるようになったら、早く

保育所へ行ってくれたら」と思っていた。子育ての楽しさなんて、はるかかなたの境地だった。

育成会に関わり始めたころ、うちの子どもたちは高校、大学の受験を控えていた。今度は違う悩みが発生してくる。つい「勉強したの？試験は？」と口に出してしまう。「言われると余計やる気なくすよ」と子どもたち。親子のズレは広がるばかり。こんな時、育成会で学んだ「受け入れる心」を思い出す。勉強しろと言うのは自分が安心したいためではないのか。言葉だけで人を動かそうとしているのではなにか。どうしたら子どもが勉強してくれるかーそんな秘訣はない。子どもたちだって学校生活でストレスを感じている。家庭に戻ってもガミガミ言われたら私だって嫌だな。だったら憂鬱な試験勉強の間だけでも気持ち良く過ごさせてあげようと思ってサポートした。目立った効果もなかったし、子どもに聞いたわけでもないで自己満足だったのかもしれないが、何とかやってこられた。

何事も気づいた時から始めようと思う。子どもの幼児期には気づかなかつたという後悔の念が、思春期の今、違った形で私に気づかせてくれたのかもしれない。遅すぎると言われて落ち込んでソソると思う。いまだ私の子育ては終わっていないし、まだまだ右往左往している。

子どもの立場になって考えたと見えてくるものがある。それを大事にしたい。その、子を思う親の気持ちが子どもに伝わってくるのだと思う。気づいたときがチャンスだ。

#### 相談専用電話

TEL 773-3177

◆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。

- ◆匿名相談  
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  
tsusui@aq.wakwak.com  
発育や健康などの相談は、保健課（保健係）で受け付けます。

#### ★ミュージアムコンサートのご案内

10月2日(日) 午後2時～

### 佐藤園子ピアノリサイタル

前売り 一般 2,500円 小中高校生 1,500円  
(当日500円増)

曲目 ガーシュイン ラプソディ・イン・ブルー  
シューマン 謝肉祭 ほか

11月13日(日) 午後4時～

### 瀬木貴将 with 佐山雅弘

### ミュージアムコンサート in トミオカホワイト

全席自由 3,000円

#### ★第3回 美術館講座「ガラス絵を描こう」

10月10日(祝) 午後1時～ 美術館会議室にて

まだ体験していない皆さんは、ぜひご参加ください！

■対象 小・中学生 ■参加費 300円

■募集締切 10月6日 お申し込みはお電話で！

## トミオカホワイト美術館

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

#### ★トミオカホワイト美術館 開館15周年記念

10月1日(土)～ 11月27日(日) 「小品の魅力」

富岡惣一郎の作品の中から選りすぐりの小品を展示します。今回の展示では、個人所蔵品をはじめ、上越市立総合博物館などから作品を借用しました。政府専用機壁面使用の原画、手描きの着物も展示。ぜひお見逃しなく。

#### ★富岡惣一郎の画集「トミオカホワイトの世界」

富岡惣一郎の初期から晩年までの作品49点を掲載した豪華な画集です。美術館にて販売しています。

1部 2,000円(税込み)

※通信販売も受け付けております。

南魚沼市・塩沢町合併記念

# 市民囲碁・将棋大会

10月1日の合併を記念し、市民交流の場として「市民囲碁・将棋大会」を開催します。

豪華賞品も用意しました！愛好者の友達をお誘いのうえ、ふるってご参加ください。参加賞もあるよ！

★日 時 11月20日(日) 午前9時～

★会 場 サンライズ南魚沼 [坂戸]

★大会運営

## ● 囲 碁 ●

- ①区 分 け ・一般の部 有段者 2クラス  
級所有者 1クラス  
・こどもの部 1クラス
- ②競技方法 各クラスとも5回対戦方式  
ハンデ戦とする。
- ③表 彰 1位～6位まで

## ♠ 将 棋 ♠

- ①区 分 け ・一般の部 有段者 1クラス  
・こどもの部 1クラス
- ②競技方法 各クラスとも予選リーグ  
決勝トーナメント方式  
ハンデなしとする。
- ③表 彰 1位～6位まで

★参加費 1,000円/当日徴集  
(昼食代、こどもは無料)

★参加締切 10月20日(木)

★申込み・問合せ 南魚沼市公民館 [浦佐]

## 南魚沼市民会館

☎0120-150-142(月曜休館)  
TEL 773-5500 FAX 772-8161  
http://www.6bun.jp info@6bun.jp

### 教室事業“参加者大募集!!”

#### 後期リコーダー教室(10月～2月)

- 開催日  
初級：毎月第2・第4木曜日 午後7時～9時  
中級：毎月第2・第3木曜日 午後7時～9時
- 対 象 小学4年生～(上限はありません)
- 定 員 30人
- 参加費 高校生以下 2,000円  
大人 4,000円

#### 後期ジュニア演劇教室(11月～3月)

- 開催日 毎週火曜日 午後7時～9時
- 対 象 小学4年生～中学生
- 定 員 30人
- 参加費 3,000円

## ディスポート南魚沼

TEL 773-6620 FAX 773-6955  
E-mail disport@6bun.jp(月曜休館)

### 臨時休館日のご案内

施設の点検整備のため、下記期間は休館日となりますので、ご了承ください。

なお、営業再開は10月19日(水)からとなります。

- 通常休館 10月11日(火)
- 臨時休館 10月12日(水)～10月18日(火)

## 今泉博物館

上杉景勝公生誕  
450年記念

### 「山城榊沢城とその周辺の城跡展」

上杉景勝公生誕450年を記念して、上杉謙信の養子として2代目を継ぎ、激動の安土桃山・戦国時代を生き抜いた上杉景勝公とともに、ゆかりの地である榊沢城跡とその周辺について展示します。

併せて、新潟県指定文化財・榊沢城跡の保存会活動を紹介します。

10月8日(土)～11月13日(日)

【月曜休館日、祝日の場合翌日】

- 開館時間 9:30～17:00(入館は16:30まで)
- 観覧料 大人500円、小中高250円
- 主催・会場 南魚沼市立今泉博物館 南魚沼市下一日市855  
TEL783-4500 http://www.imahaku.jp
- 共 催 上杉景勝公生誕450年祭実行委員会

### 今泉博物館 ご招待券

#### 山城榊沢城と その周辺の城跡展

2005年10月8日～11月13日

- ・1枚につき3名様まで無料でご覧いただけます。(常設展含む)
- ・切り取ってお持ちください。
- ・市内小中学生は通年無料です。

10月10日～10月16日は  
「40歳からの健康週間」

## うつ病の健康

40歳代は、仕事の上でも責任ある立場になったり、家庭では子どもが自立し離れていったり、親の介護が生じたりと、さまざまな変化が起こる時期です。これらがストレスとなり、こころの健康に支調をきたし、「うつ病」になる人も少なくありません。

### うつ病はなぜに似ている？

誰しも多少の気分の落ち込み(抑うつ状態)はよく経験するところですが、うつ病は「何をしても面白くない。気持ちを引き立たない。」「嬉しいとか悲しいといったことがピンと感じられない。」「何もやる気が起こらない。あせっているのにどうにもならない。」等という気持ちになったりして日常生活に支障が出てくるようになった状態です。この病気に一生のうち二度はかかる割合は、女性で10～25%(5人から10人に一人)、男性では5～12%(10人から20人に一人)と高く、多くの

人がかかり、また何度もかかることがあるという点では確かに似ていますが。しかし、うつ病はきちんと治療しないと何度も繰り返す、慢性化する可能性が高くなります。なぜのよなものという言葉で軽く見てはいけません。「同じ病気になった人にかわらない。」という言葉に表されるように他の人には伝えられない苦しさを伴います。

### どんな症状がおきやすいのか？

一般に上記のような抑うつ気分や、これまで楽しんでいた趣味や活動について興味をもてなくなったりするほかに、食欲が低下したり、逆に増加したりすることがあります。また、睡眠障害もよく起こります。寝つきが悪くなるだけでなく、夜中に目が覚めて寝つけなくなったり朝早く目が覚めてしまったり怖い夢をよく見たりします。その他にも身体の動きが少なくなったり、逆にじっと座ってられないほど魚乾燥が強くなって落ちつきなく身体を動かしたりすることもあります。また、考えがまとまらなかつたり、ほとんど動いていないのにひどく疲れを感じたりすることもあります。そして、うつ病が重くなると「死んだほうがましだ。」と考えるようになります。

### 自殺の背景にうつ病がある？

今から7年前に初めて、2年間に自殺によって亡くなる人の数が3万人を超えました。この自殺の背景にうつ病が多く存在しているという研究があります。自らの健康問題や経済問題がきっかけとされていますが、精神的には、これをきっかけに抑うつ感が強まり自殺に至ると考えられています。

### サインを見逃さず早めの受診を！

うつ病では、本人が便秘や吐き気等身体の不調を訴えることがあるので、家族は身体の病気だと思い、内科や外科などを転々と受診することがあります。また、一般的に朝は調子が悪くて午後から夜にかけて徐々に改善し元気が出てくるため、「本人の気分の問題なんだ」と考えることがあります。しかし、これはうつ病の特徴でもあるので、軽く考えてはいけません。

「食欲がなくなつて眠れない」という症状が1週間以上続いたら要注意です。近い方であれば、本人の訴えをよく見極め、思いきって精神科に受診してみるよう勧めてください。広く効果が認められた治療法があるので、安心して相談してみましよう。

## 更年期の理解

### ☆更年期からと教室

40歳～50歳代の働き盛りでは、仕事のこと、家族のことが中心になりがちで、なかなか自分の身体のことを考える余裕がない時期です。この時期に直面するのが、更年期です。

更年期とは、女性ホルモンの分泌が多いところで安定していた時期から、少ないところで安定する時期へ向けて身体が慣れていくまでの過渡期のことをいいます。その時期に急激な変化に身体がついていけず起こる反応が更年期障害です。

市では、更年期に起こる身体の変化を知り、この時期に前向きに対応できるように、「更年期からと教室」を開催します。

#### ■日時

・第1回目 10月20日(木)

・第2回目 11月1日(火)

いずれも夜7時30分～9時

■会場 南魚沼市保健センター

(南魚沼市役所本庁舎南側)

■対象者 おおむね40～50歳代の女性

■定員 30名(先着)

■申込締切 10月18日(火)

■申込み 六日町保健係

# もつと お米を食べよう



猛暑を乗り切り、実りの秋がやってきました。とれたての新米コシヒカリがまもなく食卓に載るご家庭もあることでしょう。

「ごはんですよ」といわれて思い浮かぶのは、日本人ならやっぱりお米。炊き立ての白いごはんのおいしさは、日本人ならみんな知っています。最近では朝も夜もパン食という人も増えていますが、そんな傾向とは反対に、世界ではお米のよさが見直され、ますます日本食ブームが盛んです。なぜ？そのわけは、お米を食べると栄養のバランスがとてもよくなるからです。主食としてのごはんは、エネルギー源となるでんぷん質や体をつくるたんぱく質を含んだ基本的な食品です。また、ごはんを主食にすると、主菜(魚や肉など)や副菜(野菜など)を一緒にとれるので、バランスのとれた食事ができます。

ごはんを主食に、いろいろな食材がバランスよくとれる日本本来の食生活は、まさに理想的な食生活なのです。お米の良さを見直してもっとお米を食べましょう。



## 子どものり巻き

### 材料(1人分)

ごはん	100グラム
焼きのり	1/2枚
ほうれん草	20グラム
かつお節	少し
しょうゆ	少し
チーズ	10グラム

### つくり方

①ほうれん草はゆでて3センチに切り、しつかり絞り、かつお節としょうゆで和える。

②チーズは角切りにする。

③ごはん、①のほうれん草、②のチーズを混ぜて、にぎる。

④一口大にちぎった焼きのりを、③のおにぎりにはりつける。

■かつお節をゆかりやごまに代えてもおいしい。

のりが噛み切れない子どもやお年寄りにも食べやすい一品です。ふくらみ炊いたごはんを、ぜひ一度作ってみてください。

## 精神保健福祉講座

この講座は、できるだけ多くの方々  
に青年期から中年期にかけての心の健康や精神疾患、精神障害について理解していただくことを目的としています。

精神科に入院している方の約6割が「統合失調症」と言われていますが、一生のうち100人に一人はこの病気にかかるそうです。主に青年期に発病することが多く、病気によって感情が乏しくなったり、意欲が出なくなったりすることもあります。このように精神疾患は、他人事ではない病気でありながら、なかなか周囲には理解が得られないものでもあります。

ご自分のこころの健康について考えるとともに、精神障害を抱えた人たちを支える地域の活動についても一緒に学んでみませんか。

## スギヒラタケの 摂取を控えて

昨秋、本県などでスギヒラタケとの関連が疑われる原因不明の急性脳症患者が多発し、死亡者も発生しています。ご注意ください。

## 心の健康相談会

日時 10月20日(木) / 11月8日(火)

いずれも午後1時30分～4時

会場 南魚沼保健所 1階「相談室」  
予約・問合せ

南魚沼地域振興局健康福祉環境部  
地域保健課 ☎772-8137

	日時	内容	会場
1回目	10月11日(火) 19:20～20:30	講義「こころの病気とその理解(仮題)」 (医) 越南会 石田 央 理事長 ※保健委員研修会を兼ねて開催します。	大和病院「健友館」 多目的ホール
2回目	11月2日(水) 13:30～15:00	座談会「心の病気にかかわる人たちから話を聞こう」 当事者、ホームヘルパー、家族の立場から	農村検診センター 集会室
3回目	11月30日(水) 13:30～15:00	精神障害者通所授産施設見学及び利用者との交流 ①授産施設「魚野の家」②地域生活支援センター 「みなみうおぬま」 栗田 幸子 統括施設長	魚野の家 みなみうおぬま

申込み・問合せ 保健課(農村検診センター)・六日町保健係  
※遠況地域では別途開催します。

<主催>南魚沼地域振興局健康福祉環境部地域保健課(南魚沼保健所)

# 10月の カレンダー



1日(土)	塩沢町と合併～新生南魚沼市誕生!～ こどものつどい六日町地域(9:30～ 市民会館)
2日(日)	ウォークラリー大会(市民会館→北辰小学校) 魚沼スカイライン縦断ウォーク(魚沼スカイライン) 城内地区 第2回そだち学級(10:00～ 城内開発センター)
3日(月)	塩沢庁舎開庁式(7:50～ 塩沢庁舎)
4日(火)	すくすくフレンド(八色の森公園 雨天:B&G体育館[浦佐])
5日(水)	南魚沼市合併記念式典(12:45～ 市民会館)
6日(木)	中央女性学級(9:00～ 県立近代美術館[長岡市]) ほのぼの広場(9:30～ 大崎農業会館) 法の日・「法の日」週間合同相談(13:00～16:00 本庁舎)
8日(土)	大巻地区 第2回そだち学級(10:00～11:30 大巻中学校武道館) 市民体育祭六日町大会総合開会式(18:00～ サンライズ南魚沼)
9日(日)	第38回塩沢一周駅伝大会 市民体育祭大和大会(各競技会場) 大巻分館 トレッキング大会(9:30～ 大巻開発センター)
10日(祝)	八色の森市民まつり(八色の森公園)
11日(火)	保健委員研修会・精神保健福祉講座(19:20～ 健友館[浦佐])
12日(水)	ほのぼの広場(9:30～ 働く婦人の家[浦佐]) 市民教養セミナー「教えてライフプラン第1回」 (19:00～ 市民会館)
16日(日)	南魚沼市議会議員一般選挙告示日 新潟県スポーツフェスティバル中越地区女子バレーボール大会 (8:00～ 六日町中学校) 子ども会大会(北辰小学校体育館) 第24回大巻地区親善バレーボール大会(大巻中学校)
19日(水)	市民教養セミナー「教えてライフプラン第2回」 (19:00～ 市民会館)
20日(木)	八海山火渡り大祭(八海山尊神社霊風園) ほのぼの広場(9:30～ まほろば[一村尾]) 男女共同参画推進準備会(19:00～ 六日町市民会館)
23日(日)	南魚沼市議会議員一般選挙投票日
25日(火)	第10回南魚沼市農業委員会総会(13:30～)
26日(水)	ほのぼの広場(9:30～ うるおいの里みよう) 地域セミナー「そごが知りたい子育て支援」(19:30～ 市民会館)
29日(土)	むいかまち産業まつり ～30日(六日町駅前周辺) 献血(10:00～12:00 産業まつり会場) (13:00～15:30 “) 南魚沼市大和地域文化祭 ～30日(B&G体育館) 六日町地区館講座生等作品展 ～30日(市民会館)
30日(日)	魚沼菊花展・浦佐菊祭り 城内地区文化祭(開発センター・城内中学校)

## 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 福祉老人福祉センター[塩沢]
- ※市役所休業日はお休みさせていただきます。

## 10月の救急医療当番

1日(土)	内科	昼	市立城内医院 ☎775-2009
	外科	夜	ゆきぐに大和病院 ☎777-2111
2日(日)	内科	昼・夜	休日救急診療所 ☎773-6688
	外科	昼・夜	県立六日町病院 ☎772-7111
8日(土)	内科	昼	休日救急診療所
	外科	夜	県立六日町病院
9日(日)	内科	昼・夜	休日救急診療所
	外科	昼・夜	休日救急診療所
10日(祝)	内科	昼	休日救急診療所
	外科	夜	県立六日町病院
15日(土)	内科	昼	米倉医院 ☎778-1121
	外科	夜	ゆきぐに大和病院
16日(日)	内科	昼・夜	休日救急診療所
	外科	昼・夜	休日救急診療所
22日(土)	内科	昼	可立湯沢病院 ☎780-6543
	外科	夜	県立六日町病院
23日(日)	内科	昼・夜	休日救急診療所
	外科	昼・夜	休日救急診療所
29日(土)	内科	昼	萌気園二日町診療所 ☎778-0088
	外科	夜	ゆきぐに大和病院
30日(日)	内科	昼・夜	休日救急診療所
	外科	昼・夜	休日救急診療所

### ◎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)

塩沢地域の皆さん、はじめまして！  
合併により、市報みなみ魚沼の発行部数は2万部を超えました。改めて数字にしてみると、2万世帯の方から読まれているのかと、身の引き締まる思いです。創刊から1年が経とうとして、市報(担当)ですが、初心を忘れることなく、わかりやすく親しみやすい紙面づくりに努めてまいります。6万3千市民の皆さま、改めましてよろしくお願いたします！

## 編集後記