

みなみ魚沼

人口の動き (平成18年10月31日現在)
人口 62,776人(+16)
男 30,764人(+ 6)
女 32,012人(+10)
世帯数 18,726

南魚沼市公式ウェブサイト ● <http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp>

この広報紙は資源保護のため、再生紙を使用しています。



おもな内容

- 平成17年度決算報告 2-3
- 各課からのお知らせ 4~9
冬の交通事故防止運動/油漏れ事故を防ごう!
「南魚沼市民憲章」(素案)パブリックコメント募集予告
住民税の特別徴収にご協力ください! / 確定申告書の書き方教室③
学生・保護者スキー共通シーズン券販売中/
スキーリフト一日券の市民割引券発行/南魚沼市雪まつり情報
用品入札(見積り)参加追加申請のお知らせ ほか
- 掲示板&伝言板 10~13
- Newsプラザ 14
- まなびのひろば 15~20
スポーツパラダイス/スイミングスクール生徒募集/
歩くスキー参加者募集/男女共同参画を考えよう! ほか
- 健康ひろば 21~23

【別冊】いじめをなくすために...
国保:人間ドック助成申し込みのご案内

上関小学校5年生が
お魚料理に挑戦!!

今日の出来は

ほし3つ



11月17日、キッズ健康教室[公民館塩沢地区館]

平成17年度 決算報告

財政課 ☎773-6671

市議会で、南魚沼市の平成17年度決算が認定されましたのでお知らせします。
平成17年度決算については、平成17年10月1日に塩沢町と市町村合併したことにより、
10月以降の旧塩沢町分および旧魚沼地域広域水道企業団分の
決算が含まれていますので、平常の通年決算とは異なっています。

★一般会計 歳入

款	南魚沼市での決算額	平成17年9月までの塩沢町 決算を含む通年決算額
市税(町税)	57億5,424万円	73億8,468万円
地方譲与税	5億8,233万円	6億5,941万円
利子割交付金	2,464万円	2,899万円
配当割交付金	1,176万円	1,299万円
株式等譲渡所得割交付金	1,633万円	1,633万円
地方消費税交付金	5億1,041万円	6億0,938万円
自動車取得税交付金	1億6,677万円	1億8,201万円
地方特例交付金	1億4,063万円	1億8,028万円
地方交付税	75億5,124万円	94億3,096万円
交通安全対策特別交付金	975万円	1,215万円
分担金および負担金	5億1,290万円	5億8,572万円
使用料および手数料	2億3,825万円	3億3,055万円
国庫支出金	18億0,901万円	18億6,962万円
県支出金	13億8,881万円	14億4,527万円
財産収入	2億0,474万円	2億1,736万円
寄附金	1,045万円	1,159万円
繰入金	3億4,760万円	6億6,505万円
繰越金	4億2,498万円	6億1,615万円
諸収入	18億6,678万円	14億7,851万円
市債	39億5,530万円	39億8,370万円
計	255億2,692万円	297億2,070万円

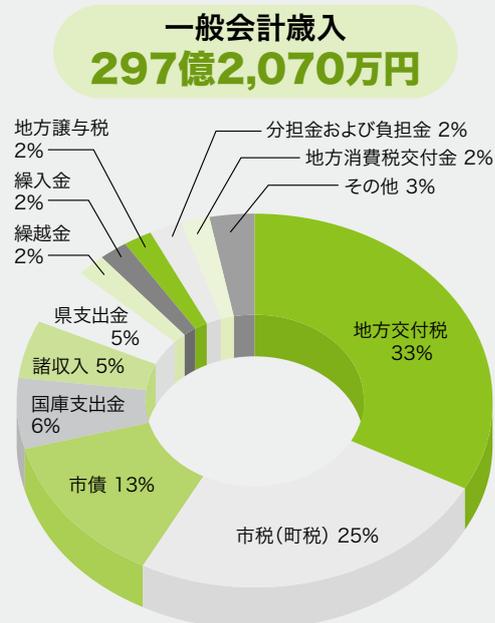
※通年決算額は合併時の決算譲与金(4億1,840万円)を除いてあります。

★一般会計 歳出

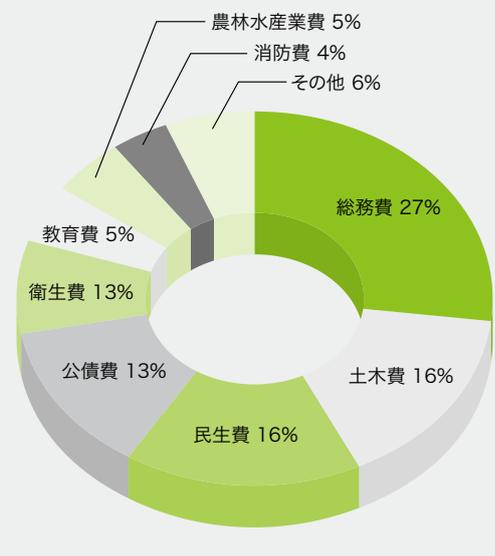
款	南魚沼市での決算額	平成17年9月までの塩沢町 決算を含む通年決算額
議会費	1億7,707万円	2億1,122万円
総務費	68億8,647万円	78億5,959万円
民生費	40億8,601万円	45億9,995万円
衛生費	19億0,803万円	23億5,164万円
労働費	1億7,326万円	1億8,169万円
農林水産業費	11億9,740万円	13億8,363万円
商工費	4億4,994万円	5億1,773万円
土木費	38億2,019万円	47億0,677万円
消防費	9億9,713万円	12億3,020万円
教育費	12億5,794万円	15億0,484万円
災害復旧費	5億1,658万円	5億7,934万円
公債費	33億7,168万円	39億0,888万円
諸支出金	1億8,527万円	1億8,527万円
予備費	—	—
計	250億2,697万円	292億2,075万円

平成17年9月までの
塩沢町決算を含む

通年決算グラフ



一般会計歳出
292億2,075万円



★一般会計および特別会計の決算規模

会 計 名	南魚沼市での決算額		平成17年9月までの塩沢町 決算を含む通年決算額	
	歳 入	歳 出	歳 入	歳 出
一 般 会 計	255億2,692万円	250億2,697万円	297億2,070万円	292億2,075万円
揚水設備維持管理特別会計	2,523万円	1,709万円	左と同じ	
国民健康保険特別会計	48億1,889万円	45億6,034万円	56億1,369万円	53億5,514万円
介護保険特別会計	34億4,937万円	33億8,655万円	40億5,641万円	39億9,359万円
老人保健特別会計	53億3,110万円	53億2,083万円	62億5,975万円	62億4,947万円
下水道特別会計	48億1,946万円	47億6,484万円	58億2,136万円	57億6,674万円
観光施設特別会計	6,936万円	6,930万円	左と同じ	
訪問看護特別会計	6,615万円	6,049万円	左と同じ	
簡易水道特別会計	—	—	1,232万円	719万円
計	441億0,648万円	432億0,641万円	516億4,497万円	507億3,976万円

※簡易水道特別会計は塩沢町での9月30日までの打ち切り決算の数値です。

※通年決算額の歳入からは合併時の決算譲与金を除いてあります。

★主な基金の残高

財政調整基金	9億5,815万円
合併振興基金	23億8,410万円
国際交流文化スポーツ基金	1億0,093万円
ふるさと基金	4億0,000万円
下水道建設基金	1億1,400万円
国民健康保険支払準備基金	7億1,046万円

※H18.5.31現在

★市の財産

土 地	1,975万9,217㎡
家 屋	27万7,297㎡
有 価 証 券	4億0,003万円

※H18.3.31現在

★市債の残高

一 般 会 計	360億7,354万円
下水道特別会計	329億3,657万円
水道事業会計	210億4,399万円
病院事業会計	13億3,386万円
南魚沼地域広域連合	45億6,007万円
計	959億4,803万円

★企業会計

水道事業会計	歳 入	歳 出
収益的収支	21億1,762万円	20億9,019万円
資本的収支	3億5,042万円	10億1,926万円

病院事業会計	歳 入	歳 出
収益的収支	36億2,126万円	38億2,713万円
資本的収支	1億4,845万円	2億6,015万円

★南魚沼地域広域連合

会 計 名	歳 入	歳 出
一 般 会 計	33億3,898万円	31億5,718万円
南魚沼ふるさと市町村圏 基金事業特別会計	6億2,837万円	6億2,794万円

※3月31日までの打ち切り決算となっています。



★主な財政指標（平成17年度数値）

項 目	数 値	説 明
標準財政規模	172億4,574万円	地方公共団体で通常時に収入が見込まれる一般財源の規模
財政力指数	0.468	地方公共団体の財政力の強弱を示す指標 (この数値が1以上の団体は、普通交付税の不交付団体となる)
実質収支	3億9,624万円	収入と支出の実質的な差額
実質収支比率	2.3%	実質収支額 ÷ 標準財政規模 × 100で示される指標
経常収支比率	91.3%	この数値が高いほど財政構造の硬直化が進んでいるといわれている (90%以下が望ましいとされている)
実質公債費比率	23.4%	南魚沼市は水道事業と下水道事業への起債償還額に対する繰出金が増え、他の団体に比べて多いことから、過去3か年度の平均値が23.4%となり、新潟県内で最も数値の高い市町村となった(平成26年度までに適正値とされている18%以下になるよう「公債費負担適正化計画」を策定済み)

冬の交通事故防止運動

飲酒運転
飲まないさせない
街づくり

実施期間

12月11日(月)
～20日(水)

運動の重点

- 飲酒運転の根絶
- 高齢者の交通事故防止

師走を迎え、人や車の動きが慌ただしくなり、交通事故が増加する時期でもあります。

また、この時期は、飲酒運転による検挙者も増えてきます。飲酒運転は死亡事故などの重大事故につながります。一人ひとりが交通规则を守り、交通事故防止の徹底を心がけましょう。

飲酒運転の根絶

全国的に飲酒運転による事故が取りざたされています。

南魚沼警察署管内における市民の飲酒運転検挙者数は、昨年、大幅に増加しています(右下表)。飲酒運転は死亡事故などの重大事故につながる確率が高く、今後の人生を確実に狂わせます。「飲んだら乗るな 乗るなら飲むな」を守り、飲酒運転を地域ぐるみ、家庭ぐるみで追放しましょう。

高齢者の交通事故防止

高齢者の事故も多発しています。冬期間は積雪により道路や歩道の幅員が狭くなり、夕暮れも早く運転者から歩行者が見えにくくなるため、交通事故の危険性が増します。周囲の人が温かい心を持って、高齢者の交通事故防止のお手伝いをしてあげましょう。

しかし、一番大切なのは当の高齢者ご自身の意識です。日ごろから家庭や老人クラブ等の機会を通じて「交通安全」について話し合いまししょう。

運転者は...

運転者は、歩行者を見かけたら減速するなど、思いやりのある運転を心がけましょう。また、夕暮れ時にはライトを早めに点灯し、交通事故を防ぎましょう。

高齢運転者は、自らの運動・運転能力を理解した上で、能力に応じた運転を心がけましょう。また、高齢運転者標識(高齢者マーク)を活用し、周囲の運転者に知らせましょう。

高齢歩行者は...

道路横断中は交通事故に遭う危

険性が高くなります。付近に横断歩道があるときは、必ず横断歩道を渡りましょう。十分に左右の安全確認をすることも忘れずに。

夜間外出する際は、夜光反射材を身に付けるとともに、明るい色の服装を心がけ、交通事故から身を守りましょう。

家庭・地域・職場では...

高齢者が被害に遭う交通事故が多発している現状を、家庭・地域・職場内で話し合い、交通安全を呼びかけてください。

◆南魚沼警察署管内の居住地別飲酒運転検挙者数

年度	17年	16年	15年
南魚沼市	138人	92人	90人
湯沢町	7人	6人	13人



◆南魚沼市内における人身事故発生状況(平成18年)

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
発生件数	23	24	23	16	25	20	23	26	9	20
負傷者数	34	31	28	21	26	22	26	34	9	20
死亡者数					1			2		1

油漏れ事故を防ごう!

冬場は一般家庭からの油漏れ事故が多発します!

事故により重大な被害が発生することがありますので、次の点に特にご注意ください!!

★給油中はその場を離れないこと!

★雪に埋まった配管が折れていませんか?確認を!

一般家庭からの油流出事故は全体の47%
皆さまざま油を漏らさないよう十分ご注意ください!

- ホームタンクからポリタンクへ給油中に、『出っぱなしでその場を離れた』ことによる油漏れ事故が多発しています。また、『雪の重みで配管が折れた』ことによる事故も多く発生します。



配管上はこまめに除雪!

- 万が一の事故のために、外部に油を流出させないための設備（タンクの下に付ける貯めマスなど）があるのをご存じですか?これらは『火災予防条例』で、設置が定められています。「この設備があれば大事にならなかったのに…」という事例は多々あります。

油流出事故を起こしてしまったら?

- 慌てずに、まずは元栓を閉めて流出をストップ!新聞紙やタオルなどで油が水路などに流れないように応急措置してください。それから最寄りの消防署や県機関、市町村役場に通報しましょう。

対策費用は原因者の負担になることも

- 油漏れ事故により川などに油が流れ込むと水道断水、農業、漁業への被害、自然環境の汚染などが発生し、原因者には対策費用の請求、損害賠償請求などが行われることがあります。

油を漏らしてしまったら、元栓を締めて速やかに『消防署』『市・環境課』『保健所』『警察』に通報しましょう。

■南魚沼市消防署 ☎782-9119 / 大和分署 ☎779-4600 ■環境課 ☎782-2440

■南魚沼保健所 ☎772-8154 ■南魚沼警察署 ☎770-0110

各課からのお知らせ

掲示板&伝言板

NEWS プラザ

まなびのひろば

健康ひろば

「南魚沼市民憲章」(素案) パブリックコメント募集予告

南魚沼市は、市民の規範となる憲章の制定に向けて、市民憲章起草委員会を設置し検討を重ねてきました。その結果、起草委員会の素案がまとまりましたが、市民の皆さまの規範となるものだけに、多くの市民の皆さまからご意見やご提言をいただき、それらを勘案したうえで制定したいと考えています。

ついでには、「南魚沼市民憲章」(素案)にかかるパブリックコメントを実施しますので、皆さんの「声」をお聞かせください。

■素案の閲覧開始 12月15日(金)

■意見等の提出期間

12月15日(金)～平成19年1月15日(月)

■素案の閲覧(掲載)場所

- ・本庁舎 企画情報課
- ・大和庁舎 大和地域課
- ・塩沢庁舎 塩沢地域課

・南魚沼市公式ウェブサイト

・市報みなみ魚沼12月15日号(お知らせ版)

■ご意見・ご提言の提出方法

- ・郵送、持参の場合：〒949-6696 南魚沼市六日町180番地1
- ・FAXの場合：FAX 772-3055

・インターネットの場合：公式サイトに用意する専用フォームにより入力↓送信

公式サイトの専用フォームによるもの以外は、南魚沼市役所企画情報課「市民憲章パブリックコメント係」あてに、任意の様式に「氏名」「住所」「意見」を記入して提出してください。

環境課からのお知らせ ☎782-2440

六日町地域のみなさんへ

冬期間(1月～3月)のごみ収集について

- 可燃ごみ……全ステーション収集します。
- 不燃ごみ……希望のあったところだけ収集します。(地区によってはごみの集積場所を移動します)

●不燃ごみ冬期間収集を実施する行政区

	行政区		全部		一部		備考		
	行政区	全部	一部	備考	行政区	全部	一部	備考	
六日町A地区	上町1丁目1区	○			五十沢地区	原	○		
	上町1丁目2区	○				永松	○		
	上町1丁目3区	○				京岡	○		
	上町1丁目4区	○				金城	○		
	上町2丁目		○	小学校入口、中村アパート様隣を除く		山谷		○	消防庫隣(吉田地区)を除く
	仲町	○				宮		○	山本建築様作業所前、町営住宅のみ
	坂戸		○	大竹昭様前を除く		岩崎	○		
	東泉田	○				津久野上新田	○		
	西泉田	○				津久野		○	町営住宅、阿弥陀堂横、桑原建築様前を除く
	若葉町	○				津久野下新田	○		
	沖町	○				二日町	○		
	上大月	○		上大月構造改善センター前で		山口		○	消防庫横のみ
下大月	○			岡	○				
六日町B地区	伊勢町	○			妙音寺	○		集落センター前で	
	旭町	○			上薬師堂	○			
	田中町	○			上出浦	○			
	大和町1丁目	○			下出浦	○		消防庫横のみ	
	大和町2丁目	○			藤原	○			
	緑町	○			池田原	○			
	栄町	○			稲穂ヶ丘	○			
	学校町1丁目	○			上原		○	集落センターを除く	
	学校町2丁目	○			新堀	○			
	学校町3丁目	○			新堀新田	○			
	学校町4丁目	○			下原	○			
	飯綱町		○	県営住宅のみ	下原新田	○			
五十沢地区	八幡	○			泉		○	上村博様前、消防庫前のみ	
	美佐島	○			泉新田	○			
	北辰	○			長森		○	米山喜義様前を除く	
	小栗山		○	1区集会所、ロッジコダマ様隣を除く	長森新田	○			
	君帰		○	ニュータウンのみ	麓	○		かん類は第1週、びん類は第2週のみ(月1回)	
	欠之上	○			西	○			
	清水瀬	○			四十日	○		笠原重春様横、旧大巻小用地分譲団地専用を除く	
	野中	○		可燃ごみステーションで	四十日新道		○		
	小川	○			宇津野	○			
	舞台	○		可燃ごみステーションで	青木	○			
	畔地	○			大杉	○			
					五日町1区		○	メンバースタウンパストラル、ドルミー五日町のみ	

●不燃ごみ冬期間収集を実施しない行政区 ※12月は降雪の状況にかかわらず、家庭ごみ収集カレンダーのとおり収集します。

- 六日町地区……川窪・庄之又・余川本町
- 五十沢地区……土沢・畔地新田・日の出町・蛭窪・京岡新田・中川・中川新田・宮村下新田・深沢
- 城内地区……広堀・中手原・野際・下薬師堂・法音寺・田崎
- 大巻地区……野田・北田中・奥・寺尾・押出・五日町2区・五日町3区・欠之下
(野田地区は12月7日が最終収集日となります)

住民税

事業主の皆さまへ

Residence Tax

特別徴収(給与天引き)にご協力ください!

給与所得者の住民税(市民税・県民税)の納付は、給与から天引きとする特別徴収によること、地方税法で定められています。

これは、所得税の源泉徴収と同様に、特別徴収義務者(給与支払者)が毎月の給与を支払う際に、各人の給与から徴収し、市に納入していただく制度です。

税制改正により、ほとんどの方は平成19年1月分から所得税が減り、6月分から住民税が増えることとなります。住民税の普通徴収は年4回の納付です。特別徴収は6月から翌年5月までの12回納付ですから、納税者は1回当たりの負担が少なく、しかも給与天引きにより納税の手間がかかりません。事業主の皆さまにも特別徴収事務が過重なご負担にならぬよう努めておりますので、現在特別徴収義務者に指定されていない事業所は、ぜひ19年度から始められますようお願いします。

なお、特別徴収していただける場合は、給与支払報告書を市に提出する際、「特別徴収」総括表も一緒に提出ください。

給与支払報告書は電子媒体でご提出を

電子媒体での報告の場合、給与支払報告書の記入(手書き)や電算出力の手間が省けます。また、市役所の課税入力作業のコスト削減にもつながりますので、現在書類提出されている皆さまからは、今後ぜひ光ディスク等の電子媒体による提出に変えていただきますようお願いいたします。

特別徴収または給与支払報告書の電子媒体で提出をご検討もしくはお取り組みいただける事業主の方は、お手数でも左記にご連絡ください。

- 報告期限 12月25日(月)
- 報告・問合せ先 市民税係

シリーズ③

確定申告書を自分で書こう!

確定申告書の書き方教室



税に関するご質問・ご相談もお受けします。大勢の皆さまのおしをお待ちしています。

- 日 時** 12月9日(土) 午前9時~正午
- 会 場** 本庁舎 大会議室
- 主要内容** ①農業所得(収支内訳書の書き方)
②小作料等の不動産所得
- 持参品等** ①給与所得や公的年金等の源泉徴収票★
②確定申告書の控え★
③農業関係の領収書
④減価償却資産等の価格などがわかる書類(なくても可)
⑤筆記用具、電卓など
⑥その他必要と思われるもの

★=前年のものをご用意いただくと、説明が理解しやすくなります。(なくてもOK)

【シリーズ最終回は確定申告直前に行います】



給与所得者の皆さまへ 年末調整での重複扶養に要注意

今年も年末調整の時期がやってきました。毎月の給料や賞与などから天引きされていた所得税額と、今年の給与総額から計算した年税額とを比べ、その過不足額を精算する手続きが年末調整です。その際、会社等の給与担当者に提出する書類が「扶養控除等(異動)申告書」と「保険料控除申告書」です。

「扶養控除等(異動)申告書」記入の注意点

夫と妻が、1人の子をそれぞれ別に控除申告するなど、扶養が重複しないよう家族間でよく相談してください。重複して控除を受けた場合、後ほど税務署から追徴課税されます。

「保険料控除申告書」記入の注意点

国保税、介護保険料、国民年金保険料の18年分支払額は、市または社会保険庁から通知や証明書が届いていることと思います。通知を確認のうえ、正確な金額をご記入ください。国民年金保険料の控除には証明書の添付が必要です。これらも誰が控除申告するかを重複しないようご相談ください。

学生・保護者スキー共通シーズン券販売中



【小・中学生共通シーズン券】

- 対象 市内の小・中学生
- 金額 10,000円

【高校生共通シーズン券】

- 対象 市内に在住・在校する高校生
- 金額 15,000円

【小・中学生保護者共通シーズン券】

- 対象 小・中学生の共通シーズン券を購入された保護者(両親のみ)
- 金額 30,000円(2人目15,000円)

南魚沼市スキー場協議会のご協力により、市内11スキー場を割安で利用できる共通シーズン券を販売中です。申し込み時に、申込書・顔写真(縦4.5cm×横3.5cm・縁無・無帽・無背景)が必要です。

代金は指定の口座に振り込んでください。申込書等は、各庁舎商工観光課の窓口にて用意してあります。

■取扱場所 商工観光課

- ・観光係(塩沢庁舎) ☎782-0255
- ・六日町商工観光係 ☎773-6665
- ・大和商工観光係 ☎777-3117



下 記のような方も購入できます!

共通シーズン券の購入希望者	要件
市外の高校に在籍の市内在住の生徒	身分証明書(学生証)
市内の高校に在籍の市外在住の生徒	身分証明書(学生証)

スキーリフト一日券の市民割引券を発行します

- 発行対象者 南魚沼市在住者
- 発行枚数 6,000枚(1人につき1回に3枚まで発行)
- 利用方法

- ①本庁・塩沢庁舎・大和庁舎の商工観光係に備えてある受付名簿に氏名・住所・年齢・電話番号を記入し、割引券を受け取ってください。(割引券に記載された人のみ有効)
- ②各スキー場のリフト券売り場で、割引券に上記料金を添え、一日券と引き換えてください。(割引券1枚につき一日券1枚とします)

■発行期間 平成18年12月15日～平成19年3月23日

※ただし、割引券がなくなりしだい発行を終了とさせていただきます。
 ※土、日、祝祭日および年末年始(12月29日から1月3日)は発行できません。

運動不足になりがちな冬期間、気軽にスキーを楽しみましょう。

市民の冬季レクリエーションによる生涯スポーツの推進および健康づくりのため、南魚沼市スキー場協議会のご協力を得て、市内スキー場の割引券を発行いたします。ご利用ください。

■使用期間 12月24日から平成19年3月25日まで

■利用できる市内スキー場と割引価格

スキー場名	区分	定価	割引価格
石打丸山	一日券	4,200円	2,900円
石打花岡	一日券	3,500円	2,400円
Mt.グランビュー	一日券	平日	3,000円 2,100円
		土日祝	3,500円 2,400円
舞子後楽園	一日券	4,200円	2,900円
上越国際	一日券	4,000円	2,800円
シャトー塩沢	一日券	3,500円	2,400円
六日町ミナミ	一日券	3,800円	2,600円
六日町八海山	一日券	3,500円	2,400円
五日町	一日券	3,200円	2,200円
浦佐	一日券	3,000円	2,100円
八海山麓	一日券	3,000円	2,100円

■取扱場所 商工観光課

- ・観光係(塩沢庁舎) ☎782-0255
- ・六日町商工観光係 ☎773-6665
- ・大和商工観光係 ☎777-3117

第57回 南魚沼市雪まつり情報

2月10日(土) 午後1時～午後9時
11日(日) 午前10時～午後9時
会場 まつり特設会場(六日町小学校脇)

今回の雪まつりも昨年に続き、豪華ゲストを招待し、二夜連続でステージを開催します。詳細は次号以降でご紹介します。どうぞご期待ください!

会場までは、湯沢駅・浦佐駅から出発し市内各地に停車するワンコイン(100円)バスを運行します。

ふるさとふれあい店 出店者募集!

- 出店料 17,000円(予定)
- 出店数 20～25店(予定)
- 問合せ 六日町商工会 ☎772-2590



かまくら 運営者募集!

- 運営時間 2月11日(日) 午前10時～午後9時
- 使用目的 休憩所・物販・パネル展示など
(実施内容は実行委員会で審査します)
- 使用料 無料
- 問合せ 南魚沼市観光協会 ☎772-7171

ステージ 出演者募集!

年齢・人数は問いません。応募多数の場合は抽選等により決定します。

- 【一般の部】(よさこい以外の演目)
 - ・出演時間 / 2月10日(土) 午後1時～午後4時
- 【よさこいの部】
 - ・出演時間 / 2月11日(日) 正午～午後4時
- 出演料 無料
- 問合せ 六日町商工観光係 ☎773-6665

雪灯籠をつくって雪まつりに参加しよう

六日町駅前から会場入口まで、商店街のアーケードに雪灯籠を設置してお客様を迎えましょう。雪灯籠の型枠は実行委員会からお貸しいたします。家庭や友人、職場の仲間同士で作って雪まつりに参加しませんか。指定箇所を設置いただいた場合、1基当たり5,000円を補助します。

- 問合せ 六日町商工観光係 ☎773-6665

☎773-6671 …… 財政課からのお知らせ

用品入札(見積り)参加追加申請のお知らせ

市で購入する用品の納入を希望される方でまだ参加申請を出していない方は、市指定の「用品入札(見積り)申請書」に必要書類を添付のうえ、次により提出してください。

今回の申請で平成19年度まで有効となります。

■申請用紙

南魚沼市役所財政課契約係及び大和庁舎または、塩沢庁舎の会計課出納係にも用意しています。なお、市のホームページにも掲載されています。

■提出・問合せ先

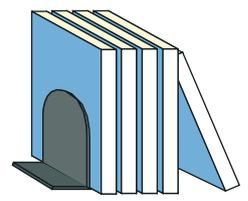
〒949-6696 南魚沼市六日町180番地1
 南魚沼市役所 財政課 契約係

●年間を通して必要と思われる用品

【提出期限：平成18年12月28日(木)】

来年度の年間単価契約を結び購入します。来年度早々に見積りを徴収し、業者を決定し、単価契約を締結します。納品は毎月始めに各課、小中学校、保育園等に直接配送していただくものです。

- ①一般事務用品(文房具、紙類、ゴム印等)
- ②日用雑貨、金物類
- ③電気器具類(蛍光灯、電球、電池など)
- ④農薬類
- ⑤作業服、雨具
- ⑥消火器及び消火薬剤
- ⑦薬品
- ⑧燃料 ほか



●上記以外の随時契約用品【随時受け付けています】

必要な物品について随時見積りをとり、納入業者を決定しますので、年間単価契約を希望しない方でも「参加申請書」は提出してください。

各課からのお知らせ

掲載板 & 伝言板

NEWS プラザ

まなびのひろば

健康ひろば

けいじばん 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

水道の冬支度

冬期概算料金について

冬期間は、積雪でメーター検針ができません。そこで12月分から4月分までの料金は前年の使用水量等をもとにした概算料金で請求し、5月分（5月20日ころ検針します）で精算させていただきます。

なお、概算料金ではなく実使用量による料金での請求を希望される方には、自主検針（自分で検針し水道課へ報告するシステム）をお勧めします。方法等については水道課にお問い合わせください。

水道にも冬支度を

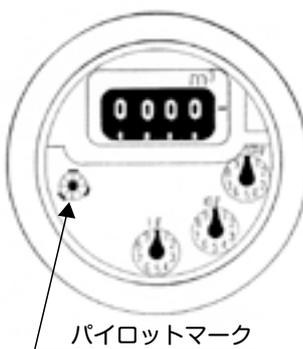
凍結による管の破損や漏水等が春先まで分ならず、5月の検針で予想以上の使用水量になる場合があります。水道の冬支度についても、今一度ご確認をお願いします。

【凍結の防止方法】

- ・蛇口や水道管に布などの保温材料を巻きつけてその上からビニールなどを巻きつけ保温しましょう
- ・メーターボックス内に布などをいれ保温しましょう
- ・水抜栓などを利用し水道管

内の水を抜きましょう 漏水を知る方法

家中の蛇口を全部閉めて、水道を使用していない状態にします。次に、水道メーターを見てパイロットマーク（左図）が少しでも回っているときは漏水です。漏水の場合は、至急、南魚沼市指定給水装置工事業者ににご相談ください。



問 水道課 水道業務係

☎ 773-6667

下水道課からのお願い 降雪前に 排水設備の点検を！

間もなく雪のシーズンになります。ご家庭等で設置されている排水設備は破損していませんか。壊れたままの状態

で雪が降り始めると、その場所から融雪水等が下水道に流れ込み、下水処理場に大きなダメージを与え、機能を著しく低下させます。そして、雪で破損箇所を見つけたことが困難となり、復旧に多大な労力と時間を浪費します。

また、誤って灯油等の油が流出した場合、その油が破損した箇所から下水道に流入すると、処理場の処理機能を破壊してしまいます。

このような事故の原因が、管理者である個人または法人に重大な過失があると認められるときは、損害賠償を請求する場合がありますので、管理には十分ご注意ください。

【宅内排水設備の点検のポイント】

- ①公共マスまたは汚水マスの蓋が割れているかどうか
- ②公共マスまたは汚水マスの蓋の周りが破損しているかどうか

※破損箇所が見つかったら、早急に南魚沼市排水設備等指定工事店に修理を依頼してください

【管理に注意を要する場合】

- ①汚水マスが地面から飛び出して設置されている
- ②自然落下式の落雪場所に①の汚水マスがある
- ③排水設備のあるところに水をまわして除雪している

- ④排水設備がある場所に除雪用の重機等を入れる
- ※汚水マス等を破損する場合があります

こんなマスは要注意！



不明な点などがありましたら、最寄り庁舎の下水道担当係までお問い合わせください。

問 下水道課

☎ 777-3115

・下水道業務係（大和庁舎）

☎ 773-6658

・六日町下水道係（本庁舎）

☎ 782-2441

ハイノ県くらしの

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 12月4日(月)～

平成19年1月4日(木)

テーマ

- ①くらしの情報 (毎月第1月曜日正午更新)
 - ・耐震改修を考える際の注意点
 - ・クレジット契約のしくみ
- ②消費生活相談事例 (毎月第1月曜日正午更新)
 - ・リフォームトラブルを防ぐには
- 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。

クーリング・オフ制度

①クーリング・オフの意味

クーリング・オフとは、もともと「頭を冷やす」という意味です。消費者が、訪問販売など特定の取引で商品やサービスの契約をしたとき、後で冷静になって考え直して

「契約をやめたい」と思ったら、一定期間内であれば理由を問わず、一方的に申込みの撤回、契約の解除ができる制度のことをいいます。

②制度の目的

本来、契約をしたら、消費者は原則として一方的に契約を取りやめることはできません。しかし、突然の訪問販売や、複雑な内容の保険契約、利殖などの危険な取引では「いったん契約したら守らなければいけない」とするのは、情報力や知識のない消費者にとって不利な場合が多くみられます。そのため、特定の取引に限って、契約後でも一定の期間、消費者に考える時間と余裕を与え、契約の解消ができることにしたものです。

③クーリング・オフができる取引

すべての取引でクーリング・オフできるわけではありません。自分から店に行ったり、広告を見て電話やインターネットで申し込んだりした場合には、通常クーリング・オフはできません。また取引によって期間は異なります。

④行使の仕方と効果

クーリング・オフは通知書

を書いて業者に送ることで、一切の負担なしに無条件で契約を解除できます。もし消費者の手に商品があるなら業者に返品し、代金の全額を返金請求できます。

*クーリング・オフ通知書の書き方や期間など、詳しいことは消費生活相談窓口へお問い合わせください。



・新潟県消費生活センター
☎025-285-4196

(まずは電話でご相談を)
・南魚沼市消費生活相談窓口
六日町駅通り(HOMURA内)
☎772-2541

問 (出前講座も承ります)
六日町商工観光係
☎773-6665

戦傷病者等の妻の方へ 特別給付金が 支給されます

平成18年5月に国庫債権の最終償還を迎えた妻で...

①戦傷病者である夫が、平成18年10月1日現在、増加恩給等の給付を受けている場合、改めて支給されます。

②戦傷病者である夫が、平成8年10月1日から平成15年3月31日までに死亡した場合でも、戦没者等の妻に対する特別給付金か、戦傷病者等の妻に対する給付金(特別給付金)が支給されます。

請求期限

平成21年9月30日まで

お問い合わせください。

※請求手続きについては、お問い合わせください。

福祉課 厚生福祉係
☎777-3112

住民基本台帳の閲覧に 制限を設けました

11月1日から住民基本台帳法の一部が改正されました。これまで南魚沼市では、住民基本台帳の閲覧について特別な制限を設けていませんでした。が、改正法に基づき、閲覧することができるときを次の「閲覧理由」に限定しました。

【閲覧できるもの】

①国・地方公共団体の機関が法令で定める事務の遂行の

ために閲覧する場合

②個人または法人で統計調査や学術研究などの調査研究で、公益性が高いと認められる場合 ほか

※閲覧した個人・団体の氏名、名称や利用目的の概要などは公表されません。

問 市民課 市民係
☎773-6661

うつ・認知症 予防講演会

年齢を重ねていくに従って、気持ちの張り合いや記憶力がなくなり嘆いてしまうことが多いと聞かれます。最近の研究では、落ちやすい脳の機能を十分働かせることで、認知症の発症を遅らせたり、症状を改善したりできるので、はないかといわれるようになりました。ぜひ最新の認知症予防の話をお聞きください。

日 12月7日(木)

午前10時～12時

場 市役所本庁舎2階

講 市立ゆきぐに大和病院

精神科 宮永和夫 先生

¥ 無料

申問 保健課 六日町保健係

☎773-6662

糖尿病予防講演会

専門の医師による糖尿病予防講演会を行います。血糖値が高めで気になっている方、家族に糖尿病の人がいて心配している方など、ぜひこの機会に糖尿病予防の知識を得て、健康づくりの生活について考えてみませんか。

■テーマ 糖尿病の基礎知識
〜ならないために！
そして悪化させないために〜

日 12月14日(木)

午後7時〜8時15分

場 市役所 本庁舎2階

講 河内医院 河内文女先生

¥ 無料(申し込み不要)

問 保健課 六日町保健係

☎773-6662

心豊かな子育て教室

寒くなってきましたが、「そだち学級」「親子サロン」で元気に遊ぼう、楽しもう！

大和地域合同 第4回「そだち学級」

日 12月6日(水)

午前10時〜11時30分

(9時30分受付開始)

場 公民館本館「浦佐」

内 楽しいクリスマス

対 プレゼントもあるよ！

1歳児から入園前の幼児とその親など

大巻地区 第3回「そだち学級」

日 12月16日(土)

午前10時〜11時30分

場 四十日保育園

対 (9時45分受付開始)

内 大巻中学校から変更

場 クリスマスカードを作ろう

1歳児から入園前の幼児とその親など

はじまるよ！ 第1回「親子サロン」

日 12月14日(木)

午前10時〜11時30分

場 市民会館 多目的ホール

内 楽しいクリスマス

対 0歳から入園前の乳幼児

親子、マタニティーのママ・

パパもどうぞ

【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。

◆参加は無料ですが、保険料として1人につき10円のご負担をお願いします。

問 青少年育成センター

☎773-6611

✉ikusei@apwakwak.com

農業振興地域 整備計画に係る 調査を行っています

市の農業振興を図るため、優良農地を保全するとともに公共投資等の施策を計画的に推進することを目的とし、これまで旧町単位であった農業振興地域整備計画の統合と見直しに着手しました。

計画は10年以上先を見据えて策定し、おおむね5年ごとに見直すこととされています。見直し後は、市が緊急に整備する必要があると判断したものの以外の編入・除外は、次回の見直しまでできません。計画の見直しにあたり、現在の土地利用状況、今後の利用計画を調査しています。次回の見直し(およそ5〜6年後)までに農地を他の目的(住

宅、作業所、その他)で開発する計画がある方は、期限までに農林課(または各分室)に申し出てください。申し出がない場合は開発する計画がないものと判断します。

※調査結果は計画策定の参考とするもので、希望どおりに土地利用指定することを約束するものではありません。

申し込み期限 12月25日(月)
申し出先・問合せ
農林課農業振興係(大和庁舎)
☎777-3116
農林課六日町分室
☎773-6663
農林課塩沢分室
☎782-2445

緊急不動産活用型 住宅再建資金の貸付

新潟県中越大震災により住宅に被害を受け、居住できなくなった高齢者の方に、再建する自宅を担保に住宅再建資金の貸付を行います。

貸付対象者(次のいずれにも該当する方)

- ① 仮設住宅に入居している
 - ② 同居人が配偶者、または借受人や配偶者の親
 - ③ 借受人および配偶者の年齢が60歳以上
 - ④ 借受人および配偶者の前年収入が合計180万円未満
 - ⑤ 再建する不動産に他の担保権が設定されていない。
- (不動産は、借受人の単独所有であること)

貸付対象物件

自ら居住する建物・土地

貸付利率(年率)

0.4パーセント

貸付金額

対象不動産の資産価値に応じて市長が認める額。ただし、

1,200万円を上限とする。

(千円単位)

問 (財)新潟県中越大震災復興

基金 事務局

☎025-280-5767

観光・体験交流 魚沼起業市場

風土を生かした地域活性化に取り組んでいる魚沼、南魚沼、そして十日町の各地域の人たちが一同に会して、特産品や新しい観光メニューなど、日ごろの成果を披露します。

おいしいものや楽しい企画が盛りだくさんです。皆さんものぞいてみませんか？新しい発見がいっぱいです。

日 12月12日(火)

時 午前10時～午後2時30分

場 湯沢カルチャーセンター
入場無料(申し込み不要)

問 南魚沼地域振興局

企画振興部地域振興課

☎ 772-2793

心の健康相談会

眠れない、気分が沈んでいる、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…

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。

プライベートは守られます。(予約が必要です)

日 12月14日(木)

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

青少年育成 南魚沼市民会議 広報誌名称を公募

市民会議の活動をお伝えする広報紙(現「おぞらわかば」)の新名称を公募します。

この広報紙は毎年『市報みなみ魚沼3月15日号』の号外として、皆さんのご家庭にお届けするものです。

期 12月11日(月)～

平成19年1月31日(水)

応募方法

①名称 ②住所 ③氏名
④電話番号を記入のうえ、育成センターまでメールまたはファックスでご応募ください。公民館(各地区館)に投稿箱も設けます。

賞 図書券進呈

採用者 5,000円分

・ほか2人 2,000円分
発表 市報3月15日号号外(来年から早速新名称！)

問 青少年育成センター

☎ / FAX 773-6611

✉ ikusei@ap.wakwak.com

魚沼テクノスクール 生徒募集！

新潟県立魚沼テクノスクールでは、「電気施設科」「建築科」「左官科」の19年度生を募集しています。

定 若干名

応募方法や学校の詳細は、お問い合わせください。

問 魚沼テクノスクール

☎ 025-794-2410

国有林モニター 募集

国有林の管理経営に皆さんの声を反映させていくため、意見や提言をいただき、アンケートなどに答えていただく、平成19年度国有林モニターを募集します。

期 平成19年1月12日(金)

申 郵便はがきに必要事項

「氏名(ふりがな)、性別、生年月日、年齢、住所(郵便番号)、電話番号、職業、モニターを知ったきっかけ、応募の理由(100字程度)」を記入のうえ、期限までに郵送してください。※詳しくはお問い合わせください。

対応ください。

問 総務省地上デジタル放送受信相談センター

☎ 0570-07-0101

市・企画情報課電算政策係

☎ 773-6672

東北電力からの お願い

メーターを埋めないで

雪下ろしなどで、電気のメーターが埋まらないようご協力ください。メーターが雪で埋まると、検針ができなくなったり、重みで壊れたりするので大変危険です。

メーターに雪を飛ばさないで

除雪作業される際、雪が電線・メーター等に直接当たると、断線したり壊れたりして危険な状態になることがあります。ご注意ください。

電線に触らないで

電柱の上の変圧器や電線に触れると感電する恐れがあります。電線が切れてぶら下がっていたら、絶対にさわらずに、至急、東北電力にお知らせください。

問 東北電力コールセンター

☎ 0120-175-366

News Plaza ニュースプラザ

みなみうおぬま

故 関 佐市さん(岡)が旭日単光章を受章

故関佐市さんに国から旭日単光章が授与され、9月16日、市長がご遺族に伝達しました。

関さんは、平成5年から平成17年までの約12年半にわたり旧六日町および南魚沼市の議会議員として地方自治の進展に努められました。

平成18年度 伝統的工艺品産業功労 小河正義さん(小栗山)が経済産業大臣表彰

11月1日、石川県小松市で開催された「伝統的工艺品月間全国大会」において、小河正義さんが経済産業大臣表彰を受けました。小河さんは、塩沢織物工業協同組合の理事および塩沢織物伝統工芸士の会長として、長年にわたり、越後上布、塩沢紬、本塩沢の需要開拓や技術向上などの事業に積極的に取り組み、業界の振興発展、伝統工芸品の普及に努めてこられました。おめでとうございます。

飯塚恭正さん(八色原)が 緑白綬有効章を受章

11月17日、桂宮宜仁親王殿下の御裁可の下、飯塚恭正さんが大日本農会の農事功績者表彰「緑白綬有効章」を受章されました。自家製堆肥を活用し、徹底した有機・減農薬栽培で食味と安全性を追求し、南魚沼市と津南町の標高差280mを活用した効率的な農業経営を確立していること、地域リーダーとしてスイカや魚沼コシヒカリ特別栽培米の生産拡大、農業後継者の育成、学童や一般消費者の農業理解に貢献していることなどが評価されたものです。おめでとうございます。

阿部越溪さん(思川)へ 法務大臣から感謝状

長きにわたって人権擁護委員を務められた阿部越溪さん(思川)が、その功績を讃えられ、10月1日付けで法務大臣から感謝状を贈呈されました。阿部さんは平成2年から約16年間、地域に根ざした活動で人権思想の普及と高揚に貢献するなどご尽力されてきました。長い間ありがとうございました。

人権擁護委員の委嘱

笛木健作さん(栃窪)と栗田スミさん(宮)が、10月1日付けで法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました(任期は3年間)。これからの活躍を期待いたします。

ご厚意に感謝いたします!

- ◎大巻中学校第15回卒還暦の会一同様から社会福祉向上のために100,000円をご寄付いただきました。
- ◎八海山尊神社 山田泰利様(大崎)から市の発展のために100,000円をご寄付いただきました。
- ◎金井 愨様から、図書購入のために20,000円のご寄付をいただきました。
- ◎雪国演芸友の会様から、福祉施設のために180,000円のご寄付をいただきました。

ご芳志に沿うよう、大切に使用させていただきます。



しおざわ産業まつり 大盛況!

11月3日、今泉博物館を会場に「第16回しおざわ産業まつり」が開催されました。好天にも恵まれ、県内外から42,000人もの来場があり、過去最高の人出でにぎわいました。会場内のステージでは小学校のブラスバンド部の皆さんによる演奏会や、S.F.D.Kによるエアロビクス、よさこいソーラン等が行われ、会場を大いに盛り上げました。また定番の熱気球や土石流3D体感シアター、ヘリコプター遊覧にたくさんの子どもたちが集まり楽しんでいました。また恒例になったフリーマーケットにも大勢の人が足を止め、熱心に品定めをしていました。

今回から模擬店などの食器には、土に還すことのできる非木材紙容器を導入し、割り箸と合わせて完全分別を実施しました。六日町小学校の6年生の皆さんからも協力してもらい、紙容器では90%袋で19袋分、割り箸ではダンボール2個分の「ごみの減量」に成功しました。分別された紙容器は有機センターで堆肥とともに処理し、割り箸は紙の原料として再利用されます。





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

図書館は皆さんの本棚です。一人でも多くの方に利用していただきたく、土曜日、日曜日、祝日はすべて開館して皆さんのご利用をお待ちしています。
 金曜日は午後7時まで開館しています!!

サンタさんがやってくる!

—クリスマス読書のつどい—

日時 12月16日(土)
 午後2時~3時30分

場所 市民会館多目的ホール
 テーマ 『クリスマス』

内容 六日町高等学校演劇部によるオリジナルクリスマス劇
 新劇 新しき本の紹介 読み聞かせ・クリスマスカード作り
 持ち物 はさみ・のり・カラーペンなど

対象 幼児・小学生・保護者
 ほか、どなたでもどうぞ!
 定員 150人
 申込み 12月15日(金)までに
 図書館へ

楽しくクリスマスカードを作りましょう。たくさんのお待ちしています!

和の心で楽しみ、草花遊びで盛りあがったよ

—10月読書会レポート—
 —ひとくち感想集—

●初めての参加です。三味線と紙芝居との合体の今日の読み聞かせは、決して家ではできないので、興味津々でした。「絵本のへや」にはよく来ていましたが、読書のつどいにも参加しようと思います。



- 三味線、琴と普段聴けないもので大人も楽しめました。草花遊びもすごく楽しかったです。見るものと参加できるもの両方あり良かったです。
- 初めて花かんむりを作ったうれしかったです。
- 野草も遊び道具になって感心しました。小学生になると発想豊かな作品になっていましたね。
- 子どもたちが意外(?)と童話をよく知っていて驚きました。
- 久しぶりに子どもたちに昔話を聞かせてあげようという気になりました。

今、読まれている本ベスト10、もうお読みになりましたか?



10月貸出ベストテン



順位	資料名	著者	貸出回数	順位	資料名	著者	貸出回数
1	赤い指	東野 圭吾	10	1	かっこわるいよだいふくくん	宇治 勲	8
2	天地人 上・下	火坂 雅志	9	2	びよーん	まつおかたつひで	8
3	棄霊島 上・下	内田 康夫	9	3	ハリーポッターと謎のプリンス 上・下	J.K.ローリング	8
4	あやしうらめしあなかなし	浅田 次郎	6	4	ぐりとぐら	なかがわりえこ	6
5	町長選挙	奥田 英朗	6	5	あなたをずっとずっとあいしてる	宮西 達也	6
6	日本沈没 第2部	小松 左京	6	6	かいけつゾロリのきょうふのカーレース	原 ゆたか	5
7	チームバチスタの栄光	海堂 尊	5	7	たまごねえちゃん	あきやまただし	5
8	一応の推定	広川 純	5	8	ひつじぼん	あきやまただし	5
9	晩年の美学	曾野 綾子	5	9	やさいのおなか	きうちかつ	5
10	ヴァンテージ・シックス	石田 衣良	4	10	いのちのいろえんぴつ	豊島 加純	4

ご利用くださいー巡回図書

11月16日、大和図書館の巡回図書を入れ替えました。市・図書館の蔵書から、隔月100冊ずつ入れ替えていますので、お近くの図書館とどうぞご利用ください。

★次回塩沢図書館は12月21日(木)入替予定

12月の休館日

南魚沼市図書館: 毎週月曜日、21日(木)図書整理日、29日(金)~1月3日(水)年末年始
 大和図書館: 毎週月曜日、29日(金)~1月3日(水) / 塩沢図書館: 29日(金)~1月3日(水)

心地よい 関わり体験を

麓 並 木 トヨ子さん

青少年育成センター

「あら、かわいい首飾りしているね！」
 「おかあさんが作ったの」
 「そう、早く結んであげたい、よろこばせたいと思って作ったのでしょ。似合うわ」
 私のことばに笑顔でうなずくと、うれしそうに母親のこと話をしてくれました。「ああ、この子はお母さんのことが大好きなのだわ。こんないい顔をして話している。おかあさんはきつと作ることが楽しい人なのね」そんな思いをしながら、とても温かい気持ちになりました。そして、遠い日の子どもとの会話がなつかしく、思い出されました。「わたし大きくなったら誰と結婚すると思う?」
 「誰かな?」

「ナイショだけど、パパ」
 忙しい勤めをしながら時間をとって遊んでくれる、お風呂に入った時、大きな背中を洗わせてくれる、マナーについては厳しいが、優しくたくましい父親にაცოგაれていたので。

子どもは毎日の生活の中で愛されている、大切にされていると実感すれば安心し、元気がでます。愛されている、認められている自分を好きになり、大切にしようという気持ちになります。そして、そのように自分のことを思ってくれる人を好きになり信頼するようになります。いわれず、親は子どもが生まれるとその寝顔をのぞきこんで満足し、あやして笑うとうれしい、子どもの存在そのものを受け入れていきます。そして、心地よさを共に味わっています。日々、子どもは成長します。忙しい中の子育てですが、大切なことはどれだけ子どもの気持ちにそった関わりをするか、だと思えます。

おんぶに抱っこ、頭をなげる、頑張ったことや努力していることをほめる等、身体で、

心で、ことばで、視線で、気持ちのいい関わりを多く体験させてほしいと思います。その小さな積み重ねは、人へ優しさを与える花・となって開くでしょう。



相談電話 TEL773-3177(相談専用) TEL777-2413/TEL782-0909
 (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(面接・電話) 月曜から金曜 午前9時~午後5時
- ◆夜間相談(電話のみ) 月・水・金曜日 午後7時30分~9時30分
- ◆メール相談 ikisei@ap.wakwak.com

早めの相談をお勧めします。なお、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、「健康ひろば」のページでご確認ください。

長期スイミングスクール(通年:後期)生徒募集!



長期スイミングスクールとは、一年単位で指導を行う水泳教室です。南魚スポーツパラダイスの教室ですので、会員はディスポート南魚沼の個人定期券が30%引き! 参加料も割引きだし、会員の方が絶対お得!!
 ※長期スイミングは通年教室のため、定員に空きがなければ参加者の募集は行いません。あらかじめご了承ください。

- 受付期間/12月1日(金)~7日(木) 午後4時まで
- 申込方法/ディスポート南魚沼に用意してある申込用紙に、必要事項を記入してフロントへ出してください。
- 選考方法/12月9日(土) 午前10時~ 各コースとも泳力テストを行いますので、10分前までにお越しください。泳力テストと申し出てください。入場料は無料といたします。
- 参加費/後期(3か月)分は、12月に納入していただきます。(金額は下表参照)

コース	記号	期間	曜日	時間	参加対象者	回数	参加料		定員
							会員	非会員	
アヒル	AH	4/ 5~3/14	火	19:00~20:00	年齢:申込時、満5歳以上 性別:不問 泳力:けのび5m以上	42	月額 ¥1,000	月額 ¥2,000	若干名
ビーバー	BV	4/ 9~3/ 4	土	10:00~11:00	年齢・性別:不問 泳力:15m以上泳げること(泳法不問)	42	JSC員 月額 ¥1,500		若干名
イルカ	IK	イルカコースの募集はございません。ご了承ください。							

※未就学児の場合、保護者がスポーツパラダイス会員であれば、会員料金とします。なお、ディスポート定期券購入の際も、会員割引が適用となります。
 ※教室は都合により、日程・回数・料金等が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。なお、詳細につきましては各コース参加申込書をご覧ください。

◆『歩くスキー教室』の申込受付は12月15日から! 詳しくは、市報12月15日号(お知らせ版)をご覧ください。



南魚スポーツパラダイス

〒949-6611 南魚沼市坂戸372番地 ディスポート南魚沼内
☎ 773-3210 FAX 773-6955 ✉ spopara@6bun.jp

平成18年度「スイミングスクール」第3期 生徒募集!



水泳・水中運動なら無理なく身体が動かせます。泳力・体力向上、シェイプアップなどさまざまな目的に沿うよう教室を設定し、皆様のご参加をお待ちしています。南魚スポーツパラダイス会員は、ディスポート南魚沼の個人定期券が30%引き!水泳以外の教室も会員割引料金があるよ!

- 受付期間/12月1日(金)~14日(木) 午後4時まで
- 申込方法/ディスポート南魚沼に用意してある申込用紙とハガキに、必要事項を記入してフロントへ提出してください。
- 選考方法/定員を超えた場合は、14日(木) 午後6時30分からディスポート南魚沼2階ロビーで抽選を行い、結果はハガキにてご案内いたします。

*定員を大幅に割った場合、中止となるコースもあります。会員優先ですが、会員で定員を超えた場合も抽選となります。

コース	記号	期間	曜日	時間	参加対象者	回数	参加料		定員
							会員	非会員	
親子	O1	1/20~3/17	土	19:00~20:00	年齢:満3歳以上の未就学児と保護者	9	新規 ¥2,000 継続 ¥6,000	¥8,000	10組
幼児	A1	1/16~3/20	火	16:00~17:00	年齢:平成14年4月1日以前に生まれた未就学児	9	保護者が会員の場合 新規 ¥500 継続 ¥3,000	¥5,500	各20人
	A2	1/17~3/14	水	16:00~17:00		9			
	A3	1/18~3/15	木	16:00~17:00	9				
	A4	1/19~3/16	金	16:00~17:00	9				
	A5	1/20~3/17	土	10:00~11:00	9				
	A6	1/20~3/17	土	16:00~17:00	9				
	A7	1/20~3/17	土	18:00~19:00	9				
初心者	B1	1/16~3/20	火	17:00~18:00	年齢:小学生	9	新規 無料 継続 ¥3,000	¥5,500	各30人
	B2	1/17~3/14	水	17:00~18:00		9			
	B3	1/18~3/15	木	17:00~18:00	9				
	B4	1/19~3/16	金	17:00~18:00	9				
	B5	1/20~3/17	土	11:00~12:00	9				
	B6	1/20~3/17	土	17:00~18:00	9				
	B7	1/20~3/17	土	18:00~19:00	9				
	B8	1/14~3/11	日	10:00~11:00	9				
上級	C1	1/16~3/20	火・木	18:00~19:00	年齢:小中学生 性別:不問 泳力:クロール25m・30秒以内 背泳ぎ25m・40秒以内 で泳げる方	18	新規 ¥3,000 継続 ¥5,000 JSC員 ¥6,000	¥8,000	各40人
	C2	1/17~3/14	水・金	18:00~19:00		18			
	C3	1/20~3/17	土	11:00~12:00	9	新規 無料 継続 ¥3,000 JSC員 ¥3,500			
	C4	1/14~3/11	日	11:00~12:00	9				
レディース	L1	1/16~3/20	火	11:00~12:00	年齢:16歳以上 性別:女性 泳力:初心者	9	新規 無料 継続 ¥4,000	¥5,500	30人
	L2	1/18~3/15	木	11:00~12:00	年齢:16歳以上 性別:女性 泳力:クロール10m以上泳げる方	9			
	L3	1/17~3/14	水	10:00~11:00	年齢:おおむね16~35歳 性別:女性 泳力:不問 お子さま連れの方、お子さまは プレイルームにてお預かりします。 (参加者1人につき、お子さま2人までお預かりでき ます。1歳未満のお子さまはお預かりできません)	9	2教室目から1教室につき ¥5,500 L3託児料 1人につき ¥4,000 別途必要	L3託児料 1人につき ¥4,000 別途必要	20人 託児 定員 10人
一般成人	F	1/17~3/14	水	19:00~20:00	年齢:16歳以上 性別:不問 泳力:不問	9	新規 無料 継続 ¥4,000	¥5,500	20人
インストラクター養成	I1	1/17~3/14	水	20:00~21:00	年齢:16歳以上 性別:不問 泳力:4泳法泳げる方	9	新規 無料 継続 ¥4,000		各10人
	I2	1/19~3/16	金	13:30~15:00		9			
水中歩行	H	1/19~3/16	金	11:00~12:00	年齢:16歳以上 性別:不問	9	2教室目から1教室につき ¥5,500		30人
アクアエクササイズ	E1	1/17~3/14	水	11:10~12:10	年齢:16歳以上 性別:不問 泳力:不問	9			60人
	E2	1/19~3/16	金	19:00~20:00		9		30人	
シニア	S	1/17~3/14	水	14:00~15:00	年齢:おおむね60歳以上 性別:不問 泳力:初心者	9	¥5,500	30人	

※教室は都合により、日程・回数・料金等が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。なお、詳細につきましては各コース参加申込書をご覧ください。

歩くスキーフェスティバル 参加者募集!



★2月11日(日・祝) 午前10時スタート
★五日町クロスカントリースキーコース

種目・組別			
種目	距離	組別	
チャレンジ	30km	男子	高校生以上29歳以下 30歳以上
		女子	高校生以上
	10km	男子・女子	小学生 中学生 29歳以下 30～39歳 40～49歳 50～59歳
		男子	60～69歳 70歳以上
		女子	60歳以上
ファミリー ビギナー	5km 2km	年齢・性別不問	

★参加費

- 一般2,000円
- 中・高校生1,000円
- 小学生 700円
- 幼児 500円

★表彰/参加賞

- 10km・30kmの各組別とも、8位までに賞状および賞品を授与
- 参加者全員に参加賞と抽選会の賞品、完歩者には完歩証を差し上げます。

★申込み

申込書に必要事項を記入のうえ、1月12日(金)までに参加費を添えて、下記受付窓口までお申し込みください。(郵便局からも申し込み可)

★受付窓口

- スポーツ振興係(南魚沼市民会館内・大会事務局)
- ディスプレイ南魚沼
- 五十沢・城内・大巻地域開発センター
- 南魚沼市公民館 塩沢地区館
- 南魚沼市公民館(大和地域)

★レンタルスキー

スキー・ストック・靴一式1,000円

★初心者講習会(無料)

2月10日(土)午後2時～3時30分(要事前申し込み)

★問合せ 歩くスキーフェスティバル事務局

☎773-6700 / FAX 772-8161

仮装コンテスト参加者募集

2km・5kmに参加される方を対象に、仮装コンテストを実施します。実行委員会で、特に注目を集めた方に仮装大賞を差上げますので、大会を盛り上げるために、一工夫しながら参加して下さる方を募集します。(参加賞あり)

萩原健司さんが激励に来ます!

当日午前、冬季オリンピックのノルディック複合競技の金メダリストの萩原健司さんが、スタート前に見本滑走と選手への激励に駆けつけてくれます。

小学生リレー競技参加者募集

フェスティバル参加の小学生を対象に、当日の午後に男女別3人1組でリレー競技を行います。参加料無料ですので奮ってご参加ください。

- ★種目/小学生男子・女子の部、各2km×3人
- ★定員/各先着20チームまで
- ★競技開始/13時30分
- ★賞品/各6位までのチームに賞品贈呈
- ★申込み/1月12日(金)までに事務局へ

ごまっかち大会開催

雪で作った雪玉(雪ごま)を硬くし、雪玉どうしをぶつけ合い硬さを競い合う雪国の昔からの遊びです。

- ★参加料/フェスティバル参加者は無料
- ★申込受付/当日11時から大会開催場所で行います。
- ★試合方法/予選リーグ・決勝トーナメント
- ★賞品/上位入賞の方に差し上げます。
- ★参加賞/参加者全員に差し上げます。

● ディスポート南魚沼

南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係
TEL 773-6620 FAX 773-6955 (月曜休館)
URL <http://www.6bun.jp> E-mail disport@6bun.jp

クロカンコースがオープンします!

いよいよウインターシーズン到来!

クロカンコースは地権者の皆さまのご好意により、今年も12月16日(土)にオープン予定です(積雪により変更あり)。皆さまのご利用をお待ちしています。

● 南魚沼市民会館

南魚沼市文化スポーツ振興公社 文化振興係
TEL 0120-150-142 FAX 772-8161 (月曜休館)
URL <http://www.6bun.jp> E-mail info@6bun.jp

綾戸智絵 CONCERT 2007

~SOUL of SINGER CHIE AYADO~

- 日時/3月9日(金)
開場 17:45 開演 18:30
- 会場/大ホール
全席指定 ¥7,000(消費税込み)
※12月10日(日)から会館、
会館プレイガイドにて発売!!
《会員発売は12月3日(日)から》



Ikeda 池田記念美術館

OPEN 9:00~17:00 | 水曜休館、9月1日・28日
☎780-4080 <http://www1.ocn.ne.jp/~ikedart/>

★魚沼からの発信 陶の風 駒形孝志郎作陶展

- 会期 12月1日(金)~1月16日(火)
- 入館料 一般:500円/高校生以下:無料
南魚沼市在住の陶芸家駒形孝志郎氏の作品展。

【年末年始の休館日】 12月25日(月)~1月7日(日)

Tomika White トミカホワイト美術館

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

★クリスマスコンサート

- 日時 12月23日(土) 午後2時~
- 出演 合唱団 ユートライ
【ゲスト】トランペット 西 康之
- 前売券 一般 2,000円/小中高生 1,000円

★作ってみよう!木や粘土、ガラス板ですてきな作品づくりませんか?

- 費用 1,000円(入館料込み)事前にご予約ください。



ヤングプラザ エアロビクス講座 受講生大募集!

- ★ 期 日 平成19年1月11日~3月29日
毎週木曜日 午後8時から
- ★ 会 場 サンライズ南魚沼[坂戸]
- ★ 受講料 3,000円
- ★ 講 師 笛木 明恵 さん
- ★ 対 象 40歳までの勤労青少年
- ★ 申込み 受講料を添えて勤労青少年ホームへお申し込みください。
- ★ 問合せ 勤労青少年ホーム ☎773-6611



バドミントン教室 参加者募集!!

冬場の運動不足を解消しましょう!

- ★ 期 日 平成19年1月12日(金)~3月9日(金)
全8回
3月11日(日)には交流大会を開催します。
- ★ 時 間 午後7時30分~9時30分
- ★ 会 場 浦佐小学校体育館
- ★ 参加費 800円(シャトル代金)
- ★ 申込み・問合せ 社会教育課 スポーツ振興係
☎773-6630



B&G体験クルーズ 小笠原・父島5泊6日船旅

「東洋のガラパゴス」と呼ばれ、日本で4か所目の世界遺産に登録予定の秘境「小笠原諸島」。春先はクジラが回遊し、ホエールウォッチングの絶好の海域として知られています。父島のコバルトブルーの海、白い砂浜が訪れる子どもたちを待っています。この旅では、全国から集まった多世代の参加者との交流を通じ、マナーや社会のルールを身に付けさせ、協調性や思いやりの心をはぐくみます。この機会に、子どもたちに貴重な体験をさせてみませんか。

- ★ 対 象 小学4年生~中学3年生(全国から500人)
- ★ 参加費 80,000円(東京往復旅費等別途必要)
- ★ 実施期間 平成19年3月26日(月)~3月31日(土)
5泊6日・全船内泊
- ★ 寄港地 東京都小笠原村父島二見港
- ★ 使用客船 商船三井ふじ丸(23,235総トン)日本船籍
- ★ 航行区間 東京晴海ふ頭⇒父島二見港⇒東京晴海(往復2,000kmの船旅)
- ★ 申込み・問合せ 社会教育課 スポーツ振興係
☎773-6630

男女共同参画を考えよう!

データ編②

—社会教育課大和生涯学習係—

☎777-4671

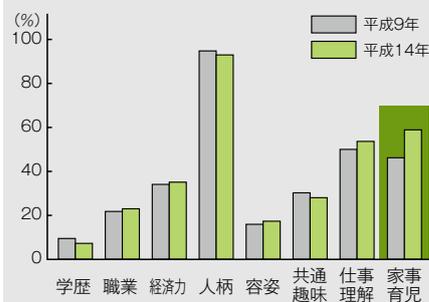
家事・育児への協力は結婚相手の重要な条件

家事や育児への協力が、女性が重視する結婚相手の条件となっています。国立社会保障・人口問題研究所「第12回出生動向基本調査」によると、女性が相手の条件として重視する項目として「家事・育児に対する能力や姿勢」を挙げる人の割合は、前回調査より大きく向上してほぼ6割に達し、最多の「人柄」に次いでいます。

家庭での男女の役割分担の在り方と働き方は相互に影響を与えるものであり、男性の家事や育児への協力は、身近で重要な男女共同参画社会実現のための第一歩でもあります。

(2006年10月発行、内閣府男女共同参画局「男女共同参画社会の実現を目指して」より)

女性が重視する結婚相手の条件



(備考) 国立社会保障・人口問題研究所「第12回出生動向基本調査」より作成

南魚沼市男女共同参画推進市民会議活動報告

山田正人さん講演「育休父さんの子育て」から

10月1日(日)、「第22回柏崎フォーラム～男女共同参画社会をめざして～」に、市民会議子育て教育部会を中心とした10名は、市役所内部会メンバー等6名と一緒に参加してきました。フォーラムの目玉の「経産省の山田課長補佐、ただいま育休中」の著者・山田正人さんの講演は、双子の次の第3子が生まれてから1年間育児休業を取得した体験からの話で、説得力があるものでした。

以下、山田正人さんの講演から

- 男性でも子育ては全く問題ない。腕力・体力では男性が優位な点も多い。
- 始めは大変だったが、6か月過ぎると手を掛けただけ子どもの成長が目に見える喜びがあり、楽しい努力。子育てを通じて自分が変わり、子どもに育てられて親になるのだと実感した。母親は10か月を経て心の準備ができるが、父親は生物的・法律的に親になっても、育児に関わらないと本当の親になっていかないのだと思った。
- 育児や家事が大変なことに気づき、妻に感謝の気持ちを持って、夫婦仲が良くなったことは非常に満足なことの一つ。
- 子どもがいることで地域社会との繋がりができた。
- 男性が主体的に育児に参加すると、子どもに良い影響がある。①夫婦間でしつけ役と避難先の役割分担ができる。②子どもが懐くようになる。③子どもと気持ちが通じ合うようになる。

- 育休経験が仕事にもたらしたのものとしては、仕事の効率の向上、自分の仕事を客観視できる、部下に対する心の余裕(管理能力の向上)、組織に対して感謝の気持ちを持って忠誠心が上がったなど。
- 少子化対策には経済的支援も大切だが、働き方・働き方の変革が重要。管理職の方には、過去の自分の働き方を、若い夫婦共働き世代に求めてはいけなことを理解していただきたい。
- 究極的には家庭内での男女平等が大切。父親をその気にさせる方法①「やってみせ、行って聞かせて、させてみて、誉めてやらねば人は動かじ」(山本五十六)②男女平等、男女共同参画のあたり前の理念を夫婦間で共有する。③たまには脅す・泣く。「あなたが亭主関白でいるのは構わないけど、外でそういう言動が出てしまい、敵が多くなります」と教えてあげることがよい。

これからの時代は女性だけでなく男性も、また子どもがいるいないにかかわらず、仕事と私生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)を考えた働き方をしていくことが大事なのではないでしょうか。どんな生き方をしたいか。自分にとって1番大切なことは何なのか。男性の皆さん、「仕事も私生活もバランスよく充実した暮らし」を考えてみませんか。

●市民会議の会員を随時募集しています!

男女共同参画推進に賛同いただける方ならどなたでも。
※入会は個人単位、団体・グループ単位のいずれでもかまいません。

●男女共同参画アンケート⑨実施中!

市の公式サイトで実施中! さあ、今すぐアクセス!!
<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp>

平成19年度 住民健診申込書を提出してください!

平成19年度 南魚沼市健診申込

1年に1回は自分の
体をチェックし、病気の
早期発見や健康維持に
努めましょう。

提出期限 **平成18年12月28日(木)**
提出先 南魚沼市保健課(農村検診センター) 又は 保健課六日町保健係(市役所本庁舎) 又は 保健課塩沢保健係(市役所塩沢庁舎)
大和地域のみ 各集落の保健委員
六日町地域のみ 各地域開発センター
塩沢地域のみ 各集落の区長

記入方法
◎世帯全員の方から、希望
◎基本健康診査の個人負担
できない方は、税情報
◎年齢は、平成20年3月3
お問い合わせ先
南魚沼市
六日町地域 保健課六
塩沢地域 保健課塩

来年度の住民健診申込書を、各ご家庭に配布
しています。
これは、住民健診の日程や計画を立てるため
の申込者数を把握するだけでなく、記名のある
方がどこで、どのような健診を受けるかという
調査も兼ねています。
各人が健診項目のいずれかの番号に○印をつ
けて、必ず提出してください。

参照 票 報告	胸部レントゲン	基本健康診査	胃がん検診	大腸がん検診
	40歳以上64歳以下 肺がん検診	65歳以上 結核健診	19歳以上	40歳以上
南魚健一	11. 市の検診を受ける 22. 職場の検診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない	11. 市の健診を受ける 22. 職場・学校の健診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない	11. 市の検診を受ける 22. 職場の検診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない	11. 市の検診を受ける 22. 職場の検診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない
南魚康子	11. 市の検診を受ける 22. 職場の検診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない	11. 市の健診を受ける 22. 職場・学校の健診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない	11. 市の検診を受ける 22. 職場の検診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない	11. 市の検診を受ける 22. 職場の検診を受ける 29. 個人的に医療機関等で受ける 29. 受けない

提出期限: 12月28日(木)

申込書の提出方法

●大和地域

各行政区の保健委員または農村
検診センターに提出いただくか、
もしくは、返信用封筒に切手を貼
り、郵送してください。

●六日町地域

各地域開発センターまたは六日
町保健係(本庁舎)に提出いただ
くか、もしくは、返信用封筒に切
手を貼り、郵送してください。

●塩沢地域

各行政区の区長または塩沢保健
係(塩沢庁舎)に提出いただくか、
もしくは、返信用封筒に切手を貼
り、郵送してください。

▼ご注意ください

- ・住所、氏名は10月末現在のもの
です。変更や異動がありましたら
ら手書き訂正をお願いします。
- ・国保人間ドックを希望される方
は、配布された申込書とは別に、
人間ドック助成申請書(今号折
り込み)の提出が必要となりま
す。その場合、住民健診申込書
の各検診項目には、「22. 個人
的に医療機関で受ける」に○印
をつけてください。

住民健診の内容

◆基本健康診査

問診: 生活習慣全般や治療の有無
などを聞きします。

検査: 身長体重・血圧測定・検尿・
血液検査・心電図・眼底検査

医師の説明: 当日わかる結果につ
いて説明します。

◆がん検診

胃がん: バリウム検査

大腸がん: 検便(便潜血検査)

子宮がん: 子宮頸部細胞診

乳がん: 視触診とマンモグラフィ

肺がん: 胸部レントゲン・特に必
要のある方は喀痰検査

前立腺がん: 血液検査(50歳以上
の男性とし、基本健康診査と
セットで行います。希望する方
は、基本健康診査をお申し込み
ください。なお、前立腺がん検
診の申し込みは、後日、市報で
お知らせします)

◆結核健診(肺がん同時)

胸部レントゲン: 65歳以上の方が
対象です。

現在治療中の方は、主治医と相
談のうえお申し込みください。

誰もが健やかでいきいきと生活できるまちづくり 健康増進アンケート結果



健康づくりの主役はあなたです

南魚沼市健康増進計画(仮称)策定の基礎資料として、健康意識の実態調査を9月に実施しました。この計画の概要と調査結果について、その一部をご紹介します。皆さんのご意見をお聞かせください。

一人ひとりの力と地域ぐるみの支援で健康づくりを

日本の平均寿命は世界一位で、少子化の傾向も加わり高齢化が急速に進むとともに、食生活の変化により不適切な食生活や運動不足、ストレスなどを原因とする生活習慣病や、それに伴う要介護者の増加が心配されています。

このような状況から、これからの健康づくりは、実り豊かで満足な生涯を過ごす「健康寿命」の延伸と生活の質の向上を目指して、市民一人ひとりが自らの健康づくりに取り組むとともに、家庭や関係機関、団体などの身近な地域が手を携えて健康づくりに取り組むことを目指した計画策定を進めています。

この計画は、皆さんが健康づくりに取り組みやすい環境をつくるなど、市民の健康づくりを支援するもので、次の4つの目標を目指します。

①一人ひとりの市民が主役

健康観は年代や価値観によって異なることから、個人の健康観を重視し、自分に合った方法で、1次予防に重点を置いた健康づくり。

②子どもの時からの健康づくり

健康づくりは、生涯にわたる取り組みが必要なことから、子どもから大人まで、すべてのライフステージに応じた健康づくり。

③健康づくりのための環境支援

生活習慣の改善や健康増進に主体的に取り組めるように、地域や行政がそれぞれの役割で環境を整備し、支援する健康づくり。

④健康目標の設定と評価の実施

市民の健康の現状を把握し、具体的に取り組むべき目標を設定し、効果的な成果を積極的に活用する健康づくり。

健康意識 実態調査アンケート

健康増進計画策定の基礎資料として、19〜74歳の方の中から無作為に抽出された2,200人の皆さんに、健康意識と日常生活状況のアンケートを実施しました。

①調査の内容と回収状況

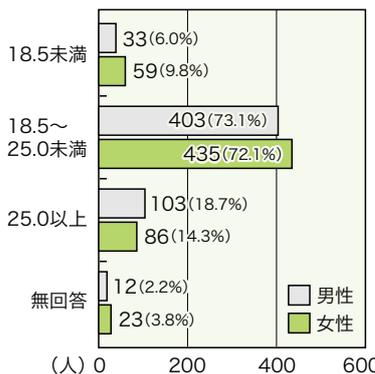
設問内容は、お住まいの地域、体型、食生活、運動、休養、心の健康、喫煙と飲酒、歯と生活習慣などの領域からなる52問をお聞きしました。また健康づくりについて、日ごろ感じていることや地域の特性や資源を生かしたアイデア、市の保健事業全般についてなど自由に記載していただきました。結果については、1,154人(回収率52・5%)の方からご協力をいただきました。

②調査結果

【体型の状況について】

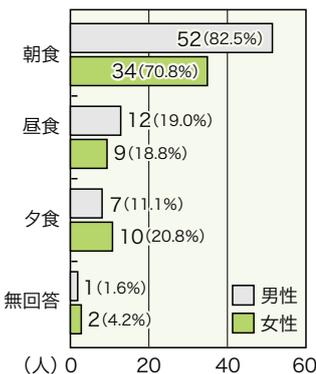
BMI値で見ると、72・6%は標準値ですが、16・4%が肥満値です。また性別年齢別では、男性の30〜49歳と70歳以上、女性の60歳以上の2割に肥満がみられます。一方女性のやせの人は、19〜39歳で割合が高くなっています。

BMI(肥満の指標)



※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で計算される指数による肥満度判定の方法。22を標準とする。

欠食について

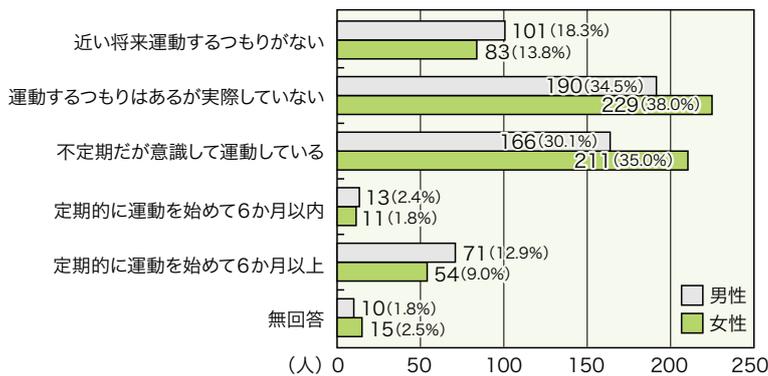


【栄養・食生活の状況について】

食事については、89・4%が3食きちんと食べており、性別では女性の方が91・0%と高く、年齢別では、高齢年齢ほど食事をきちんと摂っています。19〜29歳の欠食が高くなっており、欠食では朝食が77・5%となっています。

青年期の朝食の欠食率が高いことや女性にもみられることから、食を取り巻く環境の変化や生活様式の多様化、外食産業の発展、女性の社会進出などが大きく変化していると考えられます。

運動に関する意識

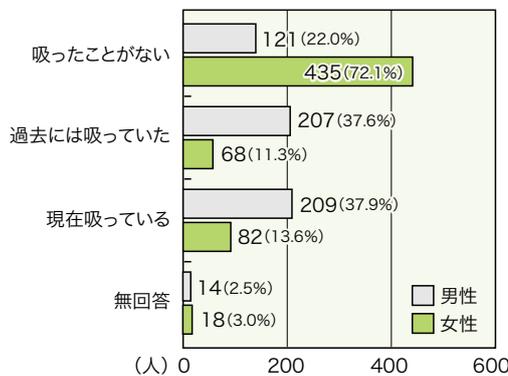


【身体活動・運動状況について】
 日々の生活を健康でいきいきと過ごすには、適度な身体活動と運動をすることが大切ですが、今回の調査で意識的に運動をしている人の割合は45・6%で、全国平均の52・7%から見ると低い数値となっています。性別・年齢別では、男性の40～59歳と女性の19～39歳、70歳以上に運動不足が多く、その理由は、「時間に余裕がない」、「めんどろだから」、「何をしたいか解らない」等が多くなっています。

【休養・心の健康状態について】
 時間や心に余裕を持って生活ができていると思っている人は49・8%。男性は40代、女性では30代にゆとりをもてないと思う方が多くなっています。
 睡眠については、薬やアルコールを使うと答えた方が男性では、40～69歳に多く、女性では、50歳代と70歳以上に多くなっています。全体的には、68・8%が睡眠は取れていると感じています。

【飲酒状況について】
 飲酒の頻度については、男性では「毎日飲んでいる」が41・9%と最も高く、各年齢においても同様の傾向がうかがえます。女性では「ほとんど飲まない」が最も多く、飲んでいる人の回答では、「週1～2日飲んでいる」が14・6%と多くなっています。一日の平均飲酒量は、性別及び全ての年齢で「1合以上2合未満」が多くなっています。男性の40歳以上で「2合以上3合未満」が多くなっています。

喫煙について



【歯の健康状況について】
 歯や口に関する悩みは、性別年齢を問わず「歯が痛んだりしんだりする」、「口臭がある」が多くなっています。また、男女とも19～49歳で「歯並びやかみ合わせが気になる」が多く、50歳以上で「固いものがかみにくい」が多くなっています。

喫煙の状況

喫煙の状況は、男性で19～39歳が多く、女性では19～49歳が多くなっています。男性の40～69歳で

生活習慣病の予防について

現在の健康状態について74・4%が「健康」と考えており、23・6%が「健康でない」等と考えています。

す。また、生活習慣の改善を考える人が79・2%となっており、「健康」と考える人にも改善意識は高いようです。生活習慣改善のための必要なサポートは、「家族の協力」が52・4%となっています。健診を受けていない人が11・0%でしたが、理由については「仕事が忙しい」、「面倒くさい」が多くなっています。

今回の意識調査で、このほかにアンケートの中での自由記述とアンケートと並行して、各ライフステージ毎に13回のグループインタビューにご協力をいただきました。この結果については次回にお知らせいたします。

市では、この調査結果や各種統計等を基に健康づくりの計画策定を進めて行きますが、より多く皆さんの声を聞いたなかで地域に密着した健康づくりの施策にしたいと考えておりますのでご協力をお願いいたします。



各課からのお知らせ
 掲載版 & 言葉板
 NEWS フラガ
 まなびのひろば
 健康ひろば

12月のカレンダー

1(金)	しゃくなげ学級学習発表会 (10:00~15:30 南魚沼市民会館)
2(土)	南魚沼市選挙管理委員会(9:30~ 市役所本庁舎)
6(水)	大和地域行政区長会(10:00~ 市役所大和庁舎) 六日町地域行政区長会(13:30~ 市役所本庁舎)
	大和地区地域審議会との研修会 (16:00~ 市役所大和庁舎) 六日町地域等体育施設利用調整会議 (18:30~ デイスポーツ南魚沼)
7(木)	塩沢地域行政区長会(10:00~ 公民館塩沢地区館)
8(金)	子育ていきいきサロン(9:30~11:00 社協塩沢支所)
	献血(9:30~10:30 樺岡越イワサキ 12:00~13:00 萌気園二日町診療所 14:00~15:30 日東工業株六日町工場)
9(土)	確定申告書の書き方教室③(9:00~ 市役所本庁舎)
10(日)	献血(10:00~11:45/13:00~15:30 ジャスコ六日町店)
13(水)	南魚沼市12月議会 定例会 招集予定日 ~22日まで (9:30~ 市役所本庁舎議場) 一般質問は19~21日予定
20(水)	行政相談(14:00~16:00 市役所本庁舎)
25(月)	第12回 農業委員会総会(9:30~ 市役所塩沢庁舎議場)
28(木)	市役所仕事納め

ほのぼのの広場カレンダー

1日(金)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
4日(月)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
5日(火)	保健センター	9:00~11:00
6日(水)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
7日(木)	大崎農業会館	9:30~11:30
	保健センター	9:00~11:00
8日(金)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
11日(月)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
12日(火)	保健センター	9:00~11:00
13日(水)	働く婦人の家[浦佐]	9:30~11:30
	保健センター	9:30~11:30
14日(木)	保健センター	9:00~11:00
15日(金)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
18日(月)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
19日(火)	保健センター	9:00~11:00
20日(水)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
21日(木)	まほろば[一村尾]	9:30~11:30
	保健センター	9:30~11:30
22日(金)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
25日(月)	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00
26日(火)	保健センター	9:00~11:00
27日(水)	うるおいの里みよう	9:30~11:30
	保健センター	9:30~11:30/13:00~15:00

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。

12月 救急医療当番



2(出)	内科	昼	河内 医院 ☎772-2355
	夜	ゆきぐに大和病院 ☎777-2111	
3(日)	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	内科	昼	休日救急診療所 ☎773-6688
9(出)	夜	県立六日町病院 ☎772-7111	
	外科	昼	休日救急診療所
10(日)	夜	県立六日町病院	
	内科	昼	中之島診療所 ☎782-0130
16(出)	夜	県立六日町病院	
	外科	昼・夜	県立六日町病院
17(日)	内科	昼	休日救急診療所
	夜	ゆきぐに大和病院	
23(祝)	外科	昼	休日救急診療所
	夜	ゆきぐに大和病院	
24(日)	内科	昼	休日救急診療所
	夜	ゆきぐに大和病院	
29(金)	外科	昼・夜	湯沢 病院 ☎780-6543
	内科	昼・夜	県立六日町病院
30(出)	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	内科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
31(日)	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	内科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
1/1(祝)	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	内科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
2(火)	外科	昼・夜	県立六日町病院
	内科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
3(水)	外科	昼・夜	ゆきぐに大和病院
	内科	昼・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
 ★問合せ 日曜・祝日…休日救急診療所(☎773-6688)
 その他…南魚沼市消防本部(☎782-1991 テレホンガイド)

今号では急きょ予定を変更して「いじめ問題」を取り上げました。特集の中では、学校や教育委員会としての視点でこの問題を捉え、家庭や地域に訴えかけるとともに、自らの姿勢を示しました。また教育の現場だけでなく、各家庭や地域においても、自分たちの立場でしっかりと子どもたちと向き合わなければなりません。家庭、地域、学校がどのようにかかわり合っていくのかを、誰もが自らの問題として真剣に考え、行動すべきときがきています。

※紙面の都合で掲載できない記事がたくさんありました。取材にご協力いただいた皆さん、情報を提供していただいた皆さんにお詫び申し上げます。

編集
後記



いじめをなくすために、 学校が、家庭が、地域が、 みんなが力を合わせましょう。

子どもが自らのちを絶つという悲しく、せつないニュースが続きました。そして、その要因には、いじめがあったと報道されています。いじめに対応するためには、「どの子どもにも、どの学校においても起こり得る」との認識のもと、いじめられている子どもの立場に立って、私たち大人が彼らを「支え、守っていく」姿勢を示すことが重要です。管内の学校では「いじめ0」の目標に迫るべく、いじめを早期に発見し、早期に解決すること、「いじめ解消100%」をめざして取り組んでいきます。

各家庭、地域の皆さまの役割もまた、極めて大きいものがあります。子どもを育てる私たち大人が力を合わせて、いじめの撲滅に立ち上がろうではありませんか。

「いじめをしない、させない、許さない」気持ち育てましょう

「弱いものをいじめることは人間として絶対に許されない」ことを、まず強く認識したいものです。また、はやし立てたり、傍観したりすることも同様です。いじめ防止に対する共通理解の第一歩です。

「いのちの大切さ」や「あなただけがえのない存在」である思いを伝え続けましょう

「あなたがいること、それだけで十分」子どもの最も身近にいる親や家族の気持ちではないでしょう。

うか。それだけに、いのちの尊さや失ったいのちは二度と元には戻らないことを、幼少期からさまざまな場面で繰り返し教えていくことが大切です。

子どもの「気持ちの安定」を図りましょう

周囲の人に不愉快な思いをさせたり、社会のルールに反した行動を起こしたりするとき、子どもの心には何か満たされないものがある場合が多いようです。肩の力を抜き、気持ちを落ち着け、力を蓄えていくために、温かな家庭の存在は不可欠です。子どもが穏やかな気持ちで過ごせる家族でありたいものです。

子どもとの「コミュニケーション」を密にし、子どもの変化に目を向けましょう

一つの場面だけでは気がつかないことも、複数の場面をつなげてみると子どもの変化に気づくことがあります。表情やしぐさを細やかに見たり、言葉を交わしたりすることで、心情を推し量ることもできます。持ち物やその扱い方なども含め、これまで以上に温かなまなざしを向け、さらに一声かけていきましょう。



毎年6月には各中学校で、法務省から一日人権委員に委嘱された中学生が、人権意識の高揚を図る目的で啓発活動を行っている。

周囲の人や学校、諸機関等に相談しましょう

心配ごとを一人で抱え込んでいくと、悩みはますます深くなっていくばかりです。それを避けるためにとても大きな力となってくれるのが、自分の気持ちを聞いてくれる人の存在です。それは、心配ごとを抱える子ども自身だけでなく、その親や家族にとっても同様です。また、人に話を聞いてもらうことで、新たな解決の糸口が見つかるかもしれません。悩んだり困ったりしたときこそ、周囲の人とのかかわりを大事にしたいものです。



学校、教育委員会として、

いじめへの対応は、「教師の子ども観や指導の在り方が問われる」極めて重要な課題と受け止めています。

学校では、全教職員で一人ひとりの子ども理解に努める、日々の諸活動を通じて子どもたちとの絆を確かなものにする、子どもたちの声に謙虚に耳を傾け個々の状況に応じた相談を充実させる、相手の立場に立つことの大切さやいのちの重さを語り続ける、子ども同士がかかわりを深め自分たちで判断し行動する活動や機会を多くする、また、万が一いじめが発生したときには、早期に発見し、校長を中心に職員全体で迅速に対応することなどを進めていきます。

また、教育委員会としては、教師の人権感覚を磨く研修の機会を設けるとともに、県から派遣されているスクールカウンセラーに加え、市として心の教育相談員を中学校に配置して、教育相談体制の充実を図っています。また、26の小中学校との連絡を密にして実情把握を行い、通常の教育活動が堅持・推進できるように指導・助言や訪問を行っています。



子どもの人権相談窓口

子どもがいじめを苦にして自らのちを絶つ。このようなことは、あってはならないことです。子どもたちの健やかな成長のために、私たち大人が、それぞれの立場でそれぞれの役割を果たしていきたいものです。もし、気になることがありましたら、一人で悩まないで、まずはご相談ください。

■お子さんが通学している学校

■南魚沼市

- ・教育委員会 学校教育課 ☎777-3118
- ・子育て支援課(家庭児童相談係) ☎773-6666
- ・青少年育成センター ☎773-6611

■法務局 *月～金曜日 8:30～17:00

- ・新潟地方法務局 ☎025-222-1563
- ・六日町支局 ☎772-3742
- ・子どもの人権110番 ☎0570-070-110

■警察

- ・長岡少年サポートセンター ☎0258-36-4970
*月～金曜日 8:30～17:45
- ・南魚沼警察署 ☎770-0110
*月～金曜日 9:00～17:45

■児童相談所 *月～金曜日 8:30～17:00

- ・中央児童相談所 ☎025-381-1111
- ・南魚沼児童相談所 ☎770-2400
- ・子ども・女性電話相談 ☎025-382-4152
*年中無休 9:00～22:00

■教育事務所 県立教育センター

12月28日までは24:00まで相談できます!

- ・中越いじめ相談 ☎0258-35-3930
*月～金曜日 9:00～21:00
- ・悩みごと相談テレホン ☎025-263-4737
*月～金曜日 9:00～16:00
- ・県立教育センター教育相談 ☎025-263-9029
*月～金曜日 9:00～17:00

平成
19年度

人間ドック助成申し込みについて

平成19年度人間ドックの助成の募集を行います。助成を希望される方は、裏面の助成申請書に必要事項をご記入のうえ、12月22日(金)までにお申し込みください。

なお、人間ドックの日程等につきましては、お申し込みいただいた検診機関との調整がつきだいで改めて通知します。不明な点は、市民課国保年金係(☎773-6661)までお問い合わせください。

1. 助成を受けることができる人は、以下の要件を全部満たす人です

- ①申請時及び受診時に 南魚沼市国保の資格がある方
- ②年齢が満35歳から満69歳の方(昭和13年4月2日～昭和48年4月1日生まれ)
- ③国民健康保険税完納世帯の方

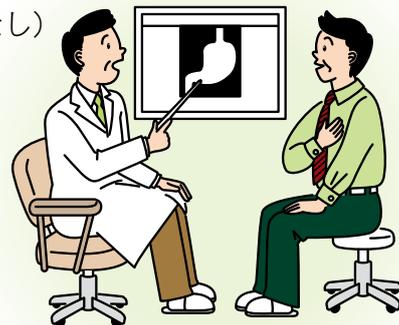
2. 検診機関(下記の4つの検診機関からお選びください)

- ★城内病院 (半日ドック：昼食付、婦人科健診なし)
- ★ゆきぐに大和病院 (一日ドック：昼食付)
- ★労働衛生医学協会小出検診センター (一日ドック：昼食付、内視鏡なし)
- ★湯沢町保健医療センター (一日ドック：昼食付)

3. 人間ドック実施期間 平成19年4月～平成20年3月

4. 申請書の提出先

市民課国保年金係(本庁舎)、市民課大和市民係(大和庁舎)、市民課塩沢市民係(塩沢庁舎)、旧六日町各地域開発センター



5. 検診の費用 ()内は胃の内視鏡検査の場合

[単位：円(消費税込み)]

受診医療機関名	ドック費用額	国保の助成額	差引個人負担額
城内病院 ※婦人科検診なし TEL775-2009	31,500 (35,700)	25,000	6,500 (10,700)
ゆきぐに大和病院(健友館) TEL777-4477	37,800 (41,800)		12,800 (16,800)
小出検診センター TEL025-792-3365	37,800 (内視鏡なし)		12,800
湯沢町保健医療センター TEL780-6543	37,800 (40,800)		12,800 (15,800)

※城内病院とゆきぐに大和病院のドック費用額は若干変更になる可能性があります。

6. 募集予定人数 1,600人

- ## 7. 問い合わせ
- 申し込み：市民課国保年金係 ☎773-6661(内107)
 - 検査内容：各受診医療機関へ

**国民健康保険
加入者専用**

南魚沼市国民健康保険人間ドック助成申請書

希望箇所の□に√点でチェックを入れてください。

保険証記号番号

南魚沼

1	助成希望者氏名	生年月日	年齢	性別	検診希望月	
		昭和 年 月 日		男・女	平成 年 月 (上旬・中旬・下旬)	
	受診希望医療機関名	送迎希望		送迎乗車場所		
	<input type="checkbox"/> 小出検診センター	<input checked="" type="radio"/> 希望あり	<input type="checkbox"/> 希望なし	<input checked="" type="radio"/> 本庁舎	<input type="checkbox"/> 塩沢庁舎	
	<input type="checkbox"/> ゆきぐに大和病院	<input checked="" type="radio"/> 希望あり	<input type="checkbox"/> 希望なし	<input checked="" type="radio"/> 本庁舎	<input type="checkbox"/> 塩沢庁舎 <input type="checkbox"/> 大巻開発センター	
	<input type="checkbox"/> 城内病院	※人間ドック用の送迎は行っていません。				
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター	※人間ドック用の送迎は行っていません。					
・胃の検査は <input type="checkbox"/> レントゲン(バリウム) <input type="checkbox"/> 内視鏡(胃カメラ) <input type="checkbox"/> 大和方式の内視鏡(大和病院のみ) を希望します。						

2	助成希望者氏名	生年月日	年齢	性別	検診希望月	
		昭和 年 月 日		男・女	平成 年 月 (上旬・中旬・下旬)	
	受診希望医療機関名	送迎希望		送迎乗車場所		
	<input type="checkbox"/> 小出検診センター	<input checked="" type="radio"/> 希望あり	<input type="checkbox"/> 希望なし	<input checked="" type="radio"/> 本庁舎	<input type="checkbox"/> 塩沢庁舎	
	<input type="checkbox"/> ゆきぐに大和病院	<input checked="" type="radio"/> 希望あり	<input type="checkbox"/> 希望なし	<input checked="" type="radio"/> 本庁舎	<input type="checkbox"/> 塩沢庁舎 <input type="checkbox"/> 大巻開発センター	
	<input type="checkbox"/> 城内病院	※人間ドック用の送迎は行っていません。				
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター	※人間ドック用の送迎は行っていません。					
・胃の検査は <input type="checkbox"/> レントゲン(バリウム) <input type="checkbox"/> 内視鏡(胃カメラ) <input type="checkbox"/> 大和方式の内視鏡(大和病院のみ) を希望します。						

3	助成希望者氏名	生年月日	年齢	性別	検診希望月	
		昭和 年 月 日		男・女	平成 年 月 (上旬・中旬・下旬)	
	受診希望医療機関名	送迎希望		送迎乗車場所		
	<input type="checkbox"/> 小出検診センター	<input checked="" type="radio"/> 希望あり	<input type="checkbox"/> 希望なし	<input checked="" type="radio"/> 本庁舎	<input type="checkbox"/> 塩沢庁舎	
	<input type="checkbox"/> ゆきぐに大和病院	<input checked="" type="radio"/> 希望あり	<input type="checkbox"/> 希望なし	<input checked="" type="radio"/> 本庁舎	<input type="checkbox"/> 塩沢庁舎 <input type="checkbox"/> 大巻開発センター	
	<input type="checkbox"/> 城内病院	※人間ドック用の送迎は行っていません。				
<input type="checkbox"/> 湯沢町保健医療センター	※人間ドック用の送迎は行っていません。					
・胃の検査は <input type="checkbox"/> レントゲン(バリウム) <input type="checkbox"/> 内視鏡(胃カメラ) <input type="checkbox"/> 大和方式の内視鏡(大和病院のみ) を希望します。						

南魚沼市長 あて

人間ドックの助成を上記のとおり申請します。

また、検査結果を市が行う保健活動のため保健師が閲覧することに同意します。

平成 年 月 日

南魚沼市

番地

世帯主氏名

印

郵便番号 949-

電話番号

-