



市報

みなみ魚沼

2009 (平成21年)

Vol.56

7/1

July

自然・人・産業の和で築く安心のまち

南魚沼市

「南魚沼市」は武田双雲氏の書です
(P19ニュースプラザ参照)

うまく打てるかな?



おもな内容

●各課からのお知らせ

- 長寿医療制度 ————— 2・3
- 国保限度額／国民年金免除 ——— 4
- 下水工事通行止め／男女共同参画 — 5
- 職員募集／看護師募集 ————— 6
- 水質検査／ペットの飼い方 ——— 7

●掲示板&伝言板 ————— 8・9

●ナイトウォーク ————— 10・11

●まなびのひろば ————— 12~17

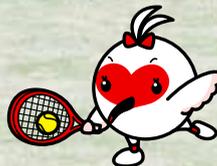
●健康ひろば ————— 18

●NEWSプラザ ————— 19

6月7日(日)、大原運動公園で開催された。「青少年健全育成会塩沢ブロック」主催の県国体強化選手と地域の子どもたちの「テニス教室」の様子です。10月に同会場で開催されるトキめき新潟国体を地域で盛り上げようと開催されました。本番は10月2日～5日(4日間)です。応援よろしくをお願いします。

市民の動き (平成21年5月末現在)

- 人口 61,568人 (先月比 -56)
- 男 30,169人 (先月比 -19)
- 女 31,399人 (先月比 -37)
- 世帯数 18,929 (先月比 +3)



長寿医療制度 (後期高齢者医療制度)

1 保険証の更新

8月1日から、「後期高齢者医療被保険者証」(以下「保険証」)が変わります。7月下旬、新しい保険証を送付します。8月1日から、使用してください。(申請不要)

現在の保険証は、7月31日に有効期限が切れます。8月になっても保険証が届かない方、保険証の内容に誤りがある方は、国保年金係に連絡してください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成 22 年 7 月 31 日	
被保険者番号	1 2 3 4 5 6 7 8
被保険者住所	新潟県新潟市中央区新光町4番地1
保険者氏名	広域 花子 女
生年月日	昭和 8 年 4 月 1 日
資格取得年月日	平成 20 年 4 月 1 日
発効期日	平成 20 年 4 月 1 日
交付年月日	平成 21 年 8 月 1 日
一部負担金の割合	1 割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 1 5 0 0 0 8 新潟県後期高齢者医療広域連合

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成 21 年 7 月 31 日	
被保険者番号	1 2 3 4 5 6 7 8
被保険者住所	新潟県新潟市中央区新光町4番地1
保険者氏名	広域 花子 女
生年月日	昭和 8 年 4 月 1 日
資格取得年月日	平成 20 年 4 月 1 日
発効期日	平成 20 年 4 月 1 日
交付年月日	平成 21 年 8 月 1 日
一部負担金の割合	1 割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 1 5 0 0 0 8 新潟県後期高齢者医療広域連合

8月1日から1年間の医療費の自己負担割合

◎医療費の自己負担割合

毎年、同一世帯の長寿医療制度加入者の前年所得に応じて、医療費の自己負担割合を判定しています。

【判定条件】

■ 1割負担の方

同一世帯の長寿医療制度加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいない方。

■ 3割負担(現役並み所得者)の方

同一世帯の長寿医療制度加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいる方。

【注意:3割から1割に変わる人がいます】

住民税 課税所得の金額が145万円以上の所得者がいる場合でも、下記の条件に該当する方は申請により自己負担割合が3割から1割負担に変わります。

① 同一世帯に加入者が1人の場合

その方の収入の合計金額が383万円未満。または、その方の収入と同一世帯の70～74歳の方、全員の収入の合計金額が520万円未満

② 同一世帯に加入者が複数いる場合

加入者全員の収入の合計金額が520万円未満



2 平成21年度の保険料

◎7月中旬、年間保険料額の通知書を、一人ひとりに送付します。

【保険料額の計算方法】

■『均等割額』 + 『所得割額』 が年間保険料額です。(賦課限度額は50万円)

【均等割額】 一人あたり年間35,300円です。

【所得割額】 平成20年中の総所得金額等をもとに算定します。

所得割額 = [平成20年中の総所得金額等 - 基礎控除33万円] × 7.15%

【保険料の軽減制度（申請不要）】

■所得の低い方

平成20年中の所得状況に応じて保険料が軽減されます。

【均等割額】 世帯の所得状況に応じて、9割、8.5割、5割、2割軽減が受けられます。

【所得割額】 個人の所得状況に応じて、5割軽減が受けられます。

■制度加入前日において会社の健康保険などの被用者保険の被扶養者であった方

制度加入から2年間は保険料が軽減されます。(市町村国保、国保組合などは対象外です)

平成21年度の年間の保険料額は、3,500円です。



3 保険料の納付方法



平成21年度の保険料の納付方法・納付時期

【特別徴収】 4月の年金から既に納めていただいている方

4月	6月	8月	10月	12月	2月
年金	年金	年金	年金	年金	年金

■10・12・2月の納付額…確定した年間保険料額から、4・6・8月の納付額を差し引いた残額を10・12・2月の年金から納めていただきます。

【普通徴収】 7月から納付書または口座振替で納めていただく方

4～6月	7月	8月	9月	10月～2月	3月
納付なし	納付書 口座振替	納付書 口座振替	納付書 口座振替	納付書 口座振替	納付書 口座振替

確定した年間保険料額を、平成21年7月～平成22年3月に分けて納めていただきます。
月々納めていただく保険料額は、通知書に記載されていますので、ご確認ください。

平成20年度の保険料追加軽減策（均等割額8.5割）に該当し、昨年8月の年金からの納付を最後に保険料徴収が中断されていた方は、7～9月は納付書または口座振替（普通徴収）に変わり、10月から年金からの納付（特別徴収）が再開されますので、ご注意ください。

保険料の納め方は、口座振替に変更することができます

口座振替を希望される場合は、市民課および各市民センター窓口で手続きが出来ます。手続き完了後、納付方法が「年金からの天引き」から「口座振替」に変わります。

【手続きに必要なもの】 振替口座の預金通帳、通帳の届出印、保険証

※ご家族の口座からの納付に変更した場合、社会保険料控除は、実際に負担した方に適用されます。

国民健康保険 「限度額適用認定証」

「入院のときは申請を！」

国民健康保険（以下「国保」）に加入している人が入院する場合など、医療費が高額なときは、『限度額適用（標準負担額減額）認定証』（以下「認定証」）を提示すると、自己負担限度額までの支払いで済みます。（1か月に1医療機関ごと）

入院が決まったら、市役所で認定証の交付を受けてください。70歳から74歳までは、住民税非課税世帯の方が対象です。

外来や複数の医療機関への支払いが自己負担限度額を超えたときは、後日「高額療養費」の申請をしてください。

「更新手続きをお忘れなく」

7月31日が「認定証」の有効期限です。引き続き必要な方は、更新の手続きをしてください。

必要なもの

①保険証、②印鑑、③更新の方は、現在お持ちの「認定証」

申請場所

- ・市民課（本庁舎）
- ・大和市民センター（大和庁舎）
- ・塩沢市民センター（塩沢庁舎）

問合せ

市民課 国保年金係
☎773-6661

◆自己負担限度額（月額）一覧◆

70歳未満	所得区分		1～3回目	4回目以降 ^{※2}
	上位所得者 ^{※1}		150,000円 + (医療費 - 500,000円) × 1%	83,400円
一般		80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円	
住民税 非課税世帯		35,400円	24,600円	

70～74歳	所得区分		外来（個人ごと）	入院と世帯単位
	現役並み所得者 ^{※3}		44,400円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% (1年間4回目以降は44,400円)
	一般		12,000円	44,400円
	低所得 ^{※4}	II	8,000円	24,600円
I		15,000円		

※1 基礎控除後の所得が600万円を超える世帯

※2 1年間、同じ世帯で4回以上高額療養費の支給を受けたとき限度額が引き下げられます

※3 各種控除後の課税所得が145万円以上の世帯

※4 低所得Iは、同一世帯の国保加入者全員が住民税非課税で、世帯の所得が0円

低所得IIは、同一世帯の国保加入者全員が住民税非課税の世帯

国民年金 「保険料免除」

「手続きはお早めに」

国民年金は、20歳～60歳のすべての方が加入する基礎年金です。平成21年度の保険料は、月額14,660円ですが、保険料の納付が困難な方は、申請により免除・猶予を受けることができます。

免除制度（4段階）

「全額免除」「4分の3免除」「半額免除」「4分の1免除」

30歳未満の方に限り、保険料の全額が猶予される「若年者納付猶予」があります。希望される方は、申請が必要です。

※前年所得や扶養人数により審査されます。

対象期間

平成21年度

（21年7月～22年6月）

受付期間 随時

申請場所

- ・市民課（本庁舎）
- ・大和市民センター（大和庁舎）
- ・塩沢市民センター（塩沢庁舎）

20歳になったら国民年金

20歳になったら、学生の方も国民年金に加入しなければなりません。誕生日がきたら忘れずに手続きをしてください。

学生納付特例

学生の場合、一般的に所得がないため「学生納付特例」の制度があり、申請により保険料の全額が猶予されます。希望される方は、毎年申請が必要です。

対象期間

平成21年度（21年4月～22年3月）。※20歳になった方は、誕生日～22年3月。

受付期間 随時

必要書類 「学生証のコピー」

または「在学証明書」

申請場所

住民登録のある市区町村

問合せ

- ・市民課 国保年金係
☎773-6661
- ・新潟社会保険事務局
六日町事務所
☎716-0800

「元鎌倉踏切」 車両通行止め

【予定期間】

7月6日～31日

(歩行者・自転車は通行可能)

「上町1丁目3区」と「栄町」間の元鎌倉踏切を下水道工事のため、車両通行止めになります。近隣の皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問合せ

下水道課 下水道工務係

☎774-2740



男女共同参画 健康福祉講座 (全3回)

介護が必要になっても、住み慣れた自宅で暮らし続けられるのか、考えてみよう！

年をとれば、誰でも生活に支援が必要で。これからの暮らし方を考えてみましょう。

今回は、夫婦2人暮らしの「老老介護」、「親ひとり」と子どもひとりとの介護」の現状を考えます。今からこころと生活の備えが大切です。皆さまの参加をお待ちしています。

【1回目】

日時 8月8日(土)

午後1時30分～3時30分

会場 サンライズ南魚沼

内容 体験発表を聞いて自分のこれからを考える(体験発表、3人) / 現役ケアマネジャーの講義「今、介護の実情は?」「サービス利用の紹介」

今後の開催予定

・2回目 9月12日(土)

・3回目 10月10日(土)

定員 40人

料金 無料

主催 男女共同参画推進市民会議
健康福祉部会

申込み・問合せ

企画政策課 企画班

☎773-6672

ハーモニイ子育てトーク

「お父さん、お母さん、子どもに関わる大人の皆さん、一緒に話を聞きましょう」

子どもと接する機会の増える夏休みを前に、今の子どもたちの抱える状況を知り、大人として子どもたちの声にどう耳を傾けるのか。

さまざまな子どもたちに接している長岡少年サポートセンターの方のお話を聞き、私たちに何ができるのかを一緒に考えてみませんか。

日時 7月11日(土)

午前10時～正午

会場 市民会館(研修室)

講師 山崎 加奈子 氏

(長岡少年サポートセンター
少年警察補導員)

演題 サポートセンター活動を通して見た子どもたちの問題行動と家庭の役割

費用 無料

【託児(対象、生後6か月以上)】

定員10人、7月8日(水)までに予約をお願いします。(費用は1人につき300円、当日集金)

主催 男女共同参画推進市民会議
(通称ハーモニイ) 子育て教育部会

申込み・問合せ

企画政策課 企画班

☎773-6672

各課からのお知らせ

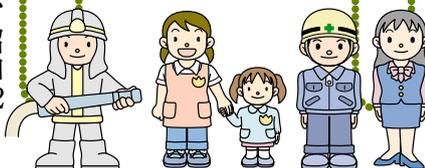
南魚沼市 職員募集

締切り 7月28日(火)

職種／採用予定人員

- ・一般事務 11人程度
- ・土木 3人程度
- ・保育士 8人程度
- ・消防 5人程度

受験資格



- ・一般事務・土木・消防は、昭和52年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方
 - ・保育士は、昭和52年4月2日から平成2年4月1日までに生まれた方で、保育士の資格を有する方(取得見込み含む)
 - ・消防は身体強健で大型自動車運転免許取得可能で、南魚沼市消防本部管内(南魚沼市と湯沢町)に居住可能な方
 - ・地方公務員の欠格事項に該当しない方など
- 詳細はお問い合わせください。

1次試験

〔試験種別〕

※教養試験と専門試験の内容は、高等学校卒業程度です。

- 一般事務
教養、作文、事務適性検査
- 土木／保育士
教養、専門、事務適性検査
- 消防
教養、作文、事務適性検査

試験日 9月20日(日)

試験会場

- ①新潟県自治会館
(新潟市中央区新光町4-1-1)
- ②北越高等学校
(新潟市中央区米山5-12-1)

どちらか受験票に記載の会場

結果通知方法

- ①郵送 10月下旬(予定)、受験者に結果を郵送します。
- ②掲示 本庁舎の正面玄関(東側)掲示板に合格者受験番号を掲示します。

2次試験

内容 面接(消防は体力検査あり)

試験日と会場 11月上旬(予定)

1次試験合格者に通知します。

最終合格通知 11月中旬(予定)

受験者に結果を郵送します。

合格から採用までの流れ

最終合格者は、南魚沼市の職員採用候補者名簿に登録し、平成22年4月1日から1年間、職員の欠員または増員の必要が生じた場合に採用します。(合格者でも採用されない場合があります)

「受験申込書」配置場所

総務課(本庁舎)、大和市民センター、塩沢市民センター、消防本部(大和分署、湯沢消防署含む)

郵送希望者は、郵便切手80円(速達希望は要加算)を貼付した返信用封筒と「受験申込書等請求」と記入した便せんを同封して請求してください。市の公式ウェブサイトでダウンロードできます。

南魚沼市職員募集で検索

受験手続 受験申込書に所要事項を記入してハンコを押し、申込日前6か月以内に撮影した写真3枚(縦4×横3センチメートル、うち1枚は申込書に貼付)を添えて提出してください。郵送の場合は、「特定記録郵便」等で送付してください。

締切り 7月28日(火)

(郵送は当日消印有効)

申込み・問合せ

〒949-1669

六日町180-1

南魚沼市役所 総務課 人事庶務班

☎773-6660

市立病院等 看護師募集

南魚沼市立病院、診療所に勤務する職員を募集します。

職種 看護師15人

勤務地 ・ゆきぐに大和病院
・城内診療所



要件 看護師の資格を有する方または資格取得見込みの方で、昭和44年4月2日以降に生まれた方

手続 受験申込書と履歴書(問合せ先に請求)に、資格免許証の写(有資格者のみ)1枚、健康診断書1枚、写真3枚(縦4×横3センチメートル)を添えて申し込んでください。

試験内容

専門、作文の各筆記試験と面接

募集開始 7月1日(水)

締切り 8月6日(木)

試験日 8月27日(木)

試験会場 ゆきぐに大和病院

採用予定日

・有資格者 10月1日以降

・資格取得見込者

平成22年4月1日以降

※勤務時間・待遇等、詳細はお問い合わせください。

問合せ・申込み

総務課 人事庶務班

☎773-6660



平成20年度 水質検査結果



安心できる水道水の供給のために水質検査は、とても大切な検査です。平成20年度に実施した検査のうち市内40個所で毎月行っている給水栓（蛇口）の検査結果について年間の最大値、平均値、最小値を集計しました。

表に「-」の記号が記入されているところは、検査結果が検査できる限界の値未満であったことを示しています。健康に関する項目では、基準値を超える項目

はなく、安心してご利用いただける結果でした。

性状に関する項目で、全地域中、1か所で1回だけ「47、pH値」が基準値の上限を超えました。（左記、一覧表※印の部分）

原因は、水道管として使用されている鑄鉄管の内面に錆防止のため塗布されているモルタルでした。

水温が上昇するとモルタルの成分が水に溶けpH値を上昇させるのです。モルタルは、水道の規格により人体に安全なものが使用されていますが、ただちに超

過した地点の排水を行い、pH値が正常に戻ったことを再検査により確認しています。

今後の水質管理ではpH値の上昇傾向がある地点では、早期に排水を行うなど対策を行います。

ウェブサイトで公開中

南魚沼市水質検査で検査

検査結果の詳細は、市の公式ウェブサイトで公開中です。こちらでもご利用ください。

問合せ

水道課

水道工務係

☎774-3141

水質基準項目	基準値	検査結果		
		最大値	平均値	最小値
1 一般細菌	1mℓ中100以下	0	0	0
2 大腸菌	検出されないこと	検出せず	検出せず	検出せず
3 カドミウムおよびその化合物	0.01mg/ℓ以下	-	-	-
4 水銀およびその化合物	0.0005mg/ℓ以下	-	-	-
5 セレンおよびその化合物	0.01mg/ℓ以下	-	-	-
6 鉛およびその化合物	0.01mg/ℓ以下	0.006	-	-
7 ヒ素およびその化合物	0.01mg/ℓ以下	0.008	0.002	-
8 六価クロム化合物	0.05mg/ℓ以下	-	-	-
9 シアン化物および塩化シアン	0.01mg/ℓ以下	-	-	-
10 硝酸態窒素および亜硝酸態窒素	10mg/ℓ以下	1.0	0.3	0.2
11 フッ素およびその化合物	0.8mg/ℓ以下	0.25	0.02	-
12 ホウ素およびその化合物	1.0mg/ℓ以下	-	-	-
13 四塩化炭素	0.002mg/ℓ以下	-	-	-
14 1,4-ジオキサン	0.05mg/ℓ以下	-	-	-
15 1,1-ジクロロエチレン	0.02mg/ℓ以下	-	-	-
16 シス-1,2-ジクロロエチレン	0.04mg/ℓ以下	-	-	-
17 ジクロロメタン	0.02mg/ℓ以下	-	-	-
18 テトラクロロエチレン	0.01mg/ℓ以下	-	-	-
19 トリクロロエチレン	0.03mg/ℓ以下	-	-	-
20 ベンゼン	0.01mg/ℓ以下	-	-	-
21 塩素酸	0.6mg/ℓ以下	0.23	0.02	-
22 クロロ酢酸	0.02mg/ℓ以下	-	-	-
23 クロロホルム	0.06mg/ℓ以下	0.021	0.006	-
24 ジクロロ酢酸	0.04mg/ℓ以下	0.006	0.001	-
25 ジブromokロロメタン	0.1mg/ℓ以下	-	-	-
26 臭素酸	0.01mg/ℓ以下	-	-	-
27 総トリハロメタン	0.1mg/ℓ以下	0.024	0.007	-
28 トリクロロ酢酸	0.2mg/ℓ以下	-	-	-
29 プロモジクロロメタン	0.03mg/ℓ以下	0.003	0.002	-
30 プロモホルム	0.09mg/ℓ以下	-	-	-
31 ホルムアルデヒド	0.08mg/ℓ以下	-	-	-
32 亜鉛およびその化合物	1.0mg/ℓ以下	0.05	-	-
33 アルミニウムおよびその化合物	0.2mg/ℓ以下	0.03	0.02	-
34 鉄およびその化合物	0.3mg/ℓ以下	-	-	-
35 銅およびその化合物	1.0mg/ℓ以下	0.04	-	-
36 ナトリウムおよびその化合物	200mg/ℓ以下	5.6	4.3	1.8
37 マンガンおよびその化合物	0.05mg/ℓ以下	-	-	-
38 塩化物イオン	200mg/ℓ以下	27	5.7	1.6
39 カルシウム、マグネシウム等(硬度)	300mg/ℓ以下	43	20	6
40 蒸発残留物	500mg/ℓ以下	91	40	17
41 陰イオン界面活性剤	0.2mg/ℓ以下	-	-	-
42 ジェオスミン	0.0001mg/ℓ以下	-	-	-
43 2-メチルイソボルネオール	0.0001mg/ℓ以下	-	-	-
44 非イオン系界面活性剤	0.02mg/ℓ以下	-	-	-
45 フェノール類	0.005mg/ℓ以下	-	-	-
46 有機物(TOC)	5mg/ℓ以下	-	-	-
47 pH値	5.8以上8.6以下	※9.0	7.1	6.2
48 味	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし
49 臭気	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし
50 色度	5度以下	1	1	1
51 濁度	2度以下	0.2	0	0
参考				
水温		32.0	13.8	2.0
残留塩素(水道法施行規則)	0.1mg/ℓ以上	0.8	0.3	0.1

健康に関する項目

性状に関する項目

飼い方のマナーを守りまじよう！

最近、ペットの飼い方に関する苦情が多数寄せられています。

犬については、『夜中の鳴き声がかかるさく、安眠できない』、『散歩中にフンをしても持ち帰らない』、『放し飼いの犬に、襲われる恐怖感がある』など寄せられています。



犬の飼い主のマナー

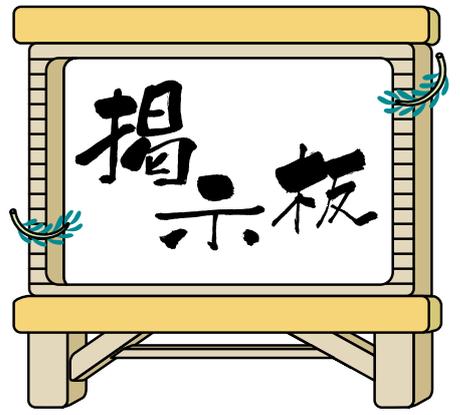
- むやみに吠えたりしないようにしつける
- 散歩中のフンは家まで持ち帰る
- 散歩中はリードを付ける

ネコについては、『庭に入ってきてフン・尿をして困る』というものです。ネコは、交通事故や感染症の危険もありますので、室内飼育に努めましょう。飼主にとつては、些細なことでも、近所には迷惑なことがあります。みんなが気持ち良く暮らせるよう、飼い方のマナーを守りましょう。



問合せ

☎773-6666 環境交通課



掲示板&伝言板

（各保育園によって受入期間・人数は異なります）
子どもと一緒に遊ぶ（自由遊び、プール、水遊び等）



希望する保育園に提出
申込用紙の配置場所

市内中学校

- 各公立保育園
- 子育て支援課(大和庁舎)
- 市民課(本庁舎)
- 塩沢市民センター

子育て支援課 保育係
7月24日(金)
7777-3113

夏のパスポート申請

8月はパスポート申請窓口が大変混み合います。早めの申請をお勧めします。

市民課 市民係
773-6661

弁護士の無料法律相談

相談時間は1件約30分、予約が必要です。

7月23日(木)

午後1時30分～4時
ふれ愛支援センター
（銭淵公園となり）
市民課 市民係
773-6661

幼稚園ウイークのお誘い

7月23日(木)・24日(金)
午前10時～11時

浦佐幼稚園内
楽しい夏祭り

23日 お店屋さんごっこ
24日 一緒に遊びましょうね
当日、お店屋さんのチケットを受付でお渡しします。

保険料 一人10円
（親も子も一人10円）
浦佐幼稚園
777-3720

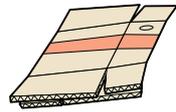
消費生活相談窓口

消費生活相談窓口では、多重債務も含め、消費者の皆さんの相談をお受けしています。身近な相談窓口としてお気軽にご利用ください。（電話で予約をお願いします）

南魚沼市消費生活相談窓口「南魚沼ふれ愛支援センター」（銭淵公園脇）内」
772-2541

ダンボール分別の注意点 （六日町・塩沢地域）

資源ごみの分別の一つにダンボールがありますが、農薬等が入っていたダンボールは、たとえきれいな状態であったとしても、資源ごみとしては収集できません。燃えるごみとして排出してください。



汚れ、油等が付着しているダンボールも燃えるごみとして排出してください。よろしくお願いします。

廃棄物対策課

782-0339

大和地域

交通安全市民大会

本年も交通安全宣言を記念して大会を開催します。大会中、黙祷のためサイレンを吹鳴します。地域の皆さまには黙祷をお願いします。

7月10日(金)
午前9時25分
※サイレンが鳴ります
（午前9時30分頃）

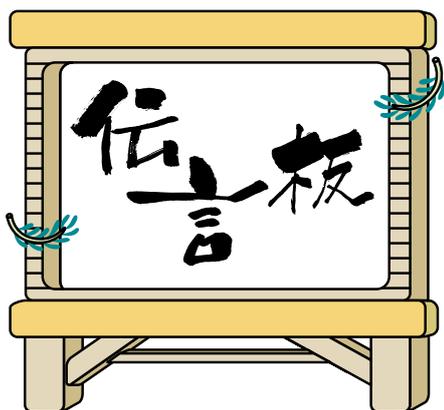
市役所 大和庁舎
環境交通課
773-6666

普通救命講習会 （湯沢会場）

心肺蘇生法、AED（自動体外式除細動器）の取扱いなど、応急手当の講習会を湯沢消防署で行います。ぜひ、ご参加ください。受講者には修了証を交付します。



7月13日(月)
午後1時30分～4時30分
湯沢消防署
無料
湯沢消防署 庶務係
784-3377



中学生・高校生 ボランティアの募集

夏休み、保育園でふれあい体験をしてみませんか？

8月3日(月)～28日(金)
市内の公立保育園22施設

問：問合せ
日：日時
期：期間
対：対象
定：定員
講：講師
大：大和庁舎

申：申込み
会：会場
時：時間
資：資格
費：費用
内：内容
本：本庁舎
塩：塩沢庁舎

第2回南魚沼市

ライブライブライブ

フェスティバル

出場者・出店者募集



9月6日(日)

午前11時 開演

午後7時 終演(予定)

八色の森公園

8月20日(木)

参加費(運営協力金)

出場者と出場グループ

3000円(小・中学生、

高校生などの学生グループ

の場合は1,500円)

・出店者1,500円(フリー

マーケットの出店を含む)

※参加費はフェスティバル開

催に伴う運営費の一部に充

当させていただきます。

申・問 南魚沼市ライブライ

ブライブフェスティバル実

行委員会

(株)イーシー内、井上・阿部

773-2111

773-2035

「心豊かな子育て教室」

子育てのわ(輪・和・話)をひろげよう! 気楽に参加してみてください。

塩沢地域「そだち学級」

7月8日(水)

午前10時~11時30分

(受付開始、午前9時30分)

会 塩沢公民館(講堂)

内 祭りだワッショイ!

大巻地区「そだち学級」

7月11日(土)

午前10時~11時30分

(受付開始、午前9時30分)

会 大巻地区開発センター

内 みんなであそぼう!

五十沢地区「そだち学級」

7月18日(土)

午前10時~11時30分

(受付開始、午前9時30分)

会 宮保育園

内 元気に水遊び!

持ち物

水遊びができる用意

六日町地区「そだち学級」

7月18日(土)

午前10時~11時30分

(受付開始、午前9時30分)

会 サンライズ南魚沼

内 手形でポン

持ち物 手ふきタオル

*共通事項

※対象 0~3才の乳幼児

とその保護者など

※おじいちゃん・おばあ

ちゃんも大歓迎です。

※参加費は無料ですが、保

険料として一人につき10

円のご負担をお願いしま

す。

※内容にふさわしい服装で

おこしください。

※申し込みは不要です。直

接会場へおこしください。

☆教室をお手伝いしてくださ

るボランティアさんも募集

中です。

問 青少年育成センター

773-6611

ikusei@ap.wakwak.com

子どもたちに伝えたい

意外と知らない性の健康

思春期の子どもたちや友達

に「自分のからだを大切にし

てほしい:」そんな気持ちを

持っていても、上手く伝えら

れないことがありますか。

意外と知らない性の知識を

知るチャンスです。お気軽に

ご参加ください。

7月11日(土)

午後1時30分~3時30分

(受付開始、午後1時)

会 北里大学保健衛生専門学

院(視聴覚室)

講 聖路加看護大学

堀 成美 先生

参加費、無料

7月8日(水)

主催 南魚沼地域振興局

健康福祉環境部

共催 北里大学

保健衛生専門学院

申・問 〒949-6623

南魚沼市六日町620-2

南魚沼地域振興局

医薬予防課

772-8142

県立小出養護学校 公開講座

テーマ「魚沼における特別

支援教育の明日を考える」

7月30日(木)

午前9時30分~

午後4時15分

会・内

〔午前〕 実践発表

(県立小出養護学校)

〔午後〕 講演会

(小出郷文化会館)

講・立命館大学教授

朝野 浩 氏

・LD等軽度発達障害児者

親の会代表

沼田 夏子 氏

申込み方法

申込用紙をFAXまたは郵送してください。(申込用紙は小出養護学校ウェブサイトでダウンロードできます) Eメールの申し込みもできます。一般市民の方は、電話の申し込みも受け付けます。

申・問

小出養護学校 公開講座係

025-792-5412

5412

公共職業訓練受講生の募集

介護看護調理コース

9月15日(火)~12月15日(火)

内 介護・看護食等の調理知識を習得する

対 概ね40歳未満の再就職を

目指す求職者

無料(ただし、教材費等

は自己負担です)

定 14人

8月13日(木)

会 魚沼地域職業訓練セン

ター(西泉田48-1)

管轄のハローワーク

雇用・能力開発機構

新潟センター委託訓練係

(長岡市住吉3-1-1)

0258-33-2433

2433

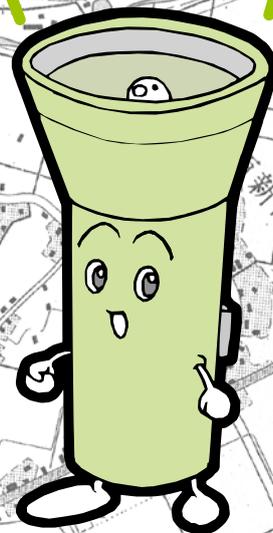
掲示板&伝言板

ナイトウォーク



通行止め区間 (県道・魚野川堤防道路)
内島橋付近～城巻橋
(18:30～20:30)

懐中電灯を
点けましょう!
早めの点灯!!



●給水所
●仮設トイレ
内島橋脇

●給水所 ●トイレ
●チャレンジ通過
チェック地点②
二日町体育館

●シャトルバス
乗り場
JA魚沼みなみ城内支店

●ファミリー
ゴール地点
●チャレンジ通過
チェック地点①
城内小学校



参加者募集!

第5回 南魚沼市

北斗の星を眺めながら 兼続公のふる里 南魚沼を歩こう!

- スタート
- チャレンジ

ゴール地点

- 指定駐車場

市民会館

通行止め区間 (魚野川堤防道路)
六日町大橋～美佐島橋
(18:00～20:00)



今年は、昨年と同じコース設定で開催します。当日はイベントとして、ノルディックウォーキング体験講習会があります。実際に4kmのコースを歩いて普段のウォーキングとの違いを体験してみませんか？
仮装で参加した方の中で希望者には、ゴール（市民会館）で写真をプレゼント！

● 日時 **8月8日(土) 18:10 出発** (受付 17:00～18:00)

● コース ▼ファミリーコース 9km [市民会館⇒魚野川遊歩道⇒二日町橋⇒城巻橋⇒城内小学校]
※ゴール後、「市民会館」行きのシャトルバスがです。

▼チャレンジコース 17km

[市民会館⇒城内小学校 (ファミリーと共通) ⇒田崎⇒津久野⇒二日町⇒六日町大橋⇒市民会館]

● 参加費 18歳以上1,000円、18歳未満500円 (※参加賞あり)

● 締切り **7月24日(金)**

● 申込み スポーツ振興係 (市民会館内)、大和公民館、塩沢公民館、ディスポート、五十沢・城内・大巻の各開発センター

● その他 先導員が付きま。安全にウォーキングを楽しんでいただくのが目的です。走る方の参加はご遠慮ください。

とん汁サービス (城内小学校)・お楽しみ抽選があります。

車イス・ベビーカーでの参加を希望される方は、お問い合わせください。

ノルディックウォーキング 体験講習会

- 定員 40人 (先着順)
- ポール代 300円

交通規制のお願い

当日はコース設営のため、車両通行止めにする区間があります。地域の皆さまには、ご迷惑をお掛けしますが、事業のご理解と安全運転にご協力をお願いします。

【問合せ】 社会教育課 スポーツ振興係 ☎ 773-6630



みんなの図書館

図書館はみなさんの本棚です。ひとりひとり自分の本棚として活用していただきたいと願い、土曜日・日曜日・祝日はすべて開館してみなさまのご利用をお待ちしています。「役に立つ図書館」となるよう日々努めます。

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

5月読書のついでレポート 楽しかったよ！新聞紙あそび



【二〇感想集】

★紙芝居・読み聞かせに子どもが思った以上に目をキラキラさせて喜んでいたので、親としてうれしかったのです。なかなか図書館に来ることができないのですが、今日は思いきって来てみて良かったです。今後また参加します！

★大きな紙芝居には子どもが食い入るように見ていました。新聞紙工作では楽しそうに作って遊んでいました。

★絵本をもう一冊見たかったです。新聞紙でいろいろ遊べておもしろかったです。

★簡単に作りやすかったです。



す。子どもは手遊びが気に入ったようでした。

★初めて参加しました。絵本の紹介はたくさんさんの絵本があつて選びがいがありました。小さい子を連れての参加でしたが、ボランティアの方々がだっこしてくれ、上の子ども楽しめたようです。また参加したいです。

おまわりのこと

親子で楽しめました。また家で作ってみたいと思います。簡単な工作もつと教えてくださいね。

★初めてきましたが、子どもがとても楽しくしている姿を見てよかったです。新聞紙あそび、家ではあまりしないので新鮮でした。

★同級生と遊べて楽しそうでした。紙芝居をじーっと見ていました。

★新聞紙あそびが楽しかったです。初めてだったのですがまた参加したいと思いました。

★読み方が楽しくて、また聞きたいです。

★手が真っ黒になるまで楽しませてくれました。

★「ふたごのベルとバル」のお話がおもしろかったです。

★新聞でできるものはすごいです。

ご利用ください「巡回図書」

6月18日(木)塩沢図書室の蔵書を入れ替えました。

2か月に一度、図書室の蔵書を100冊ずつ入れ替えています。次回は、7月16日(木)大和図書室の予定です。

7月の「絵本のへや」

「七夕まつり」をするよ！
お琴の演奏で歌いましょう

★日時 7月8日(水)

午前10時30分～11時30分

★会場 南魚沼市図書館

★内容 絵本の読み聞かせ、パネルシアター、「七夕飾り作り」など

★対象 入園前の乳幼児とその保護者

7月の「読書のついで」

★日時 7月18日(土)

午後2時～3時30分

★会場 南魚沼市図書館

★テーマ 『夏』

★内容

本の紹介・読み聞かせ
●小学生組 楽しいお話と科学実験「ぼくらの声でモールへびを動かそう」

●幼児組

簡単な工作と紙芝居

★講師 魚沼・小千谷地域理科教育センター

★対象 幼児・小学生・保護者どなたでもどうぞ

★定員 50人

★締切り 7月17日(金)

★申込み 南魚沼市図書館

本を待っている人がいます

図書館では毎年多くの方からご利用いただいています。貸出期限を過ぎても返却されない場合が見受けられます。この場合、貸出を一定期間停止することが南魚沼市図書館条例施行規則により定められています。

貸出期限を過ぎても返却されない図書がある場合、他の図書の貸出を中止しますので、期限は必ず守ってください。貸出期限を守るのには、図書館利用上基本のマナーです。次の方が予約している本がたくさんあります。「みんなの図書館」です。マナーを守り楽しく図書館を利用しましょう。

乳幼児親子おはなしの会 「えほんであそぼ」

★日時 7月10日(金)

午前10時～11時30分

★会場 大和公民館

★内容 まんまるちゃん、絵本、パネルシアター、手遊び、歌など

★対象 乳幼児とその保護者

★参加費 無料(予約不要)

★問合せ 大和図書室

☎ 777-4671

7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」・21日(火)・27日(月)
大和図書室：毎週月曜日(祝日の場合は翌日) 塩沢図書室：無休

南魚沼市民会館 受付 8:30～17:15

7月の休館日【毎週月曜日（祝日の場合翌日）】

（財）南魚沼市文化スポーツ振興公社・文化振興係
☎773-5500 FAX772-8161 ☎0120-150-142
URLhttp://www.6bun.jp Einfo@6bun.jp

平成21年度芸術文化事業のご案内 震災フェニックスコンサート

金管五重奏団 BuzzFive

■日時 7月7日(火) 19:00～
■会場 上田農村環境改善センター



■料金 全席自由
1,500円（未就学
児の入場はご遠慮
ください）

※市民会館にて
好評発売中！

新作能「兼続」生誕地上田庄薪能公演

直江兼続と妻お船をテーマにした新作能「兼続」を観世流能楽師寺井榮氏、原作者高井松男氏（下掛宝生流能楽師）のご協力をいただき、上田庄坂戸城下、六日町小学校で開催いたします。プロによる本格的な能をどうぞご堪能ください。

大崎郷土芸能振興会の皆さんによる「大前神社・翁式三番（県指定無形民俗文化財）」も公演いたします。

主催 新作能「兼続」生誕地上田庄薪能公演実行委員会

事務局 （財）南魚沼市文化スポーツ振興公社
（市民会館内）☎773-5500

■問合せ 専用電話：090-3803-0471
■日時 7月28日(火) 17:30～20:00（開場16:45）
■会場 六日町小学校グラウンド
（雨天：南魚沼市民会館大ホール）
■料金 特別指定席7,000円（謡本付）
一般自由席5,000円（前売券のみの販売）
■駐車場 市民会館（乗り合せの上、ご来場願います）
※市民会館、会館プレイガイドほかにて好評発売中！

市立今泉博物館 開館 9:30～17:00 （入館16:30まで）

7月の休館日【毎週月曜日・火曜日】

（財）南魚沼市文化スポーツ振興公社・文化振興係 ☎783-4500
☎783-4883 URLhttp://www.imahaku.jp Eimahaku@6bun.jp
観覧料：大人500円／小中高250円（市内小中学生無料）

没後30年 星 襄一展

星と星座のモチーフや、樹シリーズの版画作品を作り上げた星襄一（1913-79 旧小出町出身）。没後30年となる本年、貴重な初期作品を中心に、約40点の作品を公開展示いたします。独自の心象的世界をぜひお楽しみください。

■会期 7月11日(土)～8月2日(日)
■会場 1階 展示室

市民招待企画：本企画展は市民の皆さまをご招待します。受付に住所をお伝えください。

池田記念美術館 開館 9:00～17:00 （入館16:30まで）

7月の休館日【毎週水曜日・2日(木)・23日(木)・30日(木)・31日(金)】

☎780-4080 FAX777-3815 URLhttp://www1.ocn.ne.jp/~ikedart/
入館料：大人500円／高校生以下無料

※7月21日(火)は展示替えのため15:00で閉館します

田村昭・田村好野 二人展

現代アートの視座で…創るよろこび・生きるよろこび

■会期 7月3日(金)～7月21日(火)
長岡市の田村昭と田村好野による、現代アートと皮革工芸のコラボレーション

直江兼続生誕地南魚沼寺宝展 開催中

■会期 12月23日(火)まで

棟方志功アートステーション

開館時間 9:00～17:00（入館16:30まで）

☎772-7171 URLhttp://www.m-uonuma.jp/m-artstation/

■第1期 エコール・ド・パリの粋 パリ派の画家
シャガール、ヴラマンク、藤田嗣治など
■会期 7月5日(日)まで
～第2期 日本の彩 7月11日(出)から～

トミオカホワイト美術館 開館 9:00～17:00

7月の休館日【毎週水曜日、6月30日～7月3日】

☎775-3646 URLhttp://www.mynet.ne.jp/white
入館料：一般600円／小中高300円

富岡惣一郎 白の世界「Sky and Wind」7月4日～

佐藤園子ピアノリサイタル

■日時 7月5日(日) 14:00開演
■曲目 ショパン「雨だれ前奏曲」、ドビュッシー「月の光」、ラフマニノフ「ソナタNo.2」
■チケット 一般 2,500円、学生 1,500円
（当日券、各500円増）

NHK大河ドラマ「天地人」放映記念 高橋兼続コンサート

■日時 8月1日(土) 15:00～（14:30開場）
■会場 コミュニティホールさわらび
（大和公民館となり）

■料金 入場無料
※演奏時間は約40分です。
ホール内は飲食禁止です。

高橋兼続さんプロフィール

・2008年5月 ラフマニノフ国際
ピアノコンクール 12歳以下の部
第2位 他多数受賞
・現在ロシア留学中



■問合せ 企画政策課 企画班 ☎773-6672

南魚スポーツハラダイス

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内
 ☎773-3210 ☎773-6955 ✉spopara@6bun.jp 🌐http://www.6bun.jp/Disport
 月曜休館 ※祝日の場合は翌日 《7月24日～8月31日は無休です》

平成21年度 教室参加者募集!

*** 夏休み短期水泳教室 (ディスポート) ***

夏休みを利用して、集中レッスンをを行います。この機会に水泳の基礎を身に付けよう!

★期 間: Aコース …7月27日(月)～31日(金) Bコース …8月4日(火)～8日(土) 各コース 全5回 ★時 間: 18:00～19:00 ★対 象: クロールで25m泳げない小学生 ★定 員: 各コース50人 ※保険料は、年会費・参加料に含まれています。 ※プールの入場料は別途必要です。プリペイドカード・定期券など があります。お気軽にご相談ください。 ★申込み: ディスポート南魚沼内 ☎773-3210		参加料	スポパラ会員	2,000円
			スポパラ非会員	3,000円

- * ご不明な点は、お気軽に事務局までご連絡ください。
- * B&G 海洋センタープール・塩沢地区の夏休み短期水泳教室は、開催しません。



★募集期間: 7月1日(水)～7月15日(水)

※先着順です。(定員に達し次第、締め切らせていただきます)



まなみのこころ

B&G プール開場のご案内

期 間	7月24日(金)～8月16日(日) (予定)		
時 間	13:00～16:00 (天候、利用状況により変更あり)		
料 金		1回券	シーズン券
	一般の方	200円	2,000円
料 金	高校生以下 および シニア	100円	1,000円
	・スポパラ会員は、シーズン券を30%引きで購入できます。 ・シニア料金は60歳以上の方が対象です。 ・その他、コース占用等はディスポートまでお問い合わせください。		

★問合せ ディスポート南魚沼 ☎773-6620

ディスポート南魚沼

財南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

☎773-6620 ☎773-6955

(月曜休館※祝祭日等の場合は翌日)

🌐http://www.6bun.jp/Disport ✉disport@6bun.jp

トレーニングマシン使用法講習会

- ★日 時 7月19日(日) 12:00～13:30
- ★定 員 10人 (事前の申し込みが必要です)
- ★入場料 300円 (定期券利用可)
- ★受講料 スポパラ会員無料/非会員200円
- ※運動着・室内シューズ・タオルを用意してください。



市民セミナー「料理教室」

～お盆料理～

参加者募集!

来客用にぴったりな4品!

- ★日時 8月5日(水) 2回開催
 - ① 午前の部 10:00～12:00
 - ② 夜の部 19:00～21:00
(各5分前にお集まりください)
- ★会場 塩沢公民館
- ★講師 木村 多美子 さん
- ★献立 しょうゆおこわ、
鶏挽肉の二色ロール、
夏野菜中華風サラダ、
豆腐の石垣くすし(寄せもの)
- ★対象 市内在住在勤の方
- ★参加費 1,000円(当日集金)
- ★持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、
料理持ち帰り用容器
- ★定員 各24人(先着順)
- ★申込み 中央公民館へ電話で ☎773-6610
【7月2日(木) 受付開始】



市長杯一般野球大会

参加者募集!

- ★期 日 予 選 7月19日(日)
決 勝 7月26日(日)
予備日 8月 2日(日)
- ★会 場 二日町グラウンドほか
- ★参加資格 社会人
- ★参加費 1チーム
野球連盟登録チーム 3,000円
野球連盟未登録チーム 10,000円
- ★申込み ディスポート南魚沼 ☎773-6620
- ★締切り 7月7日(火)
- ★抽選会 7月9日(水) 19:30～
市民会館 和室
(抽選会に参加費をお持ちください。)
- ★その他 ユニフォームはチームで統一してください。
- ★問合せ 野球連盟(小倉) ☎090-1653-4616



第26回 納涼俳句大会

参加者募集!

- ★日時 8月1日(土) 19:00
- ★会場 共楽舎(中公民館) ☎782-1925
- ★会 費 3,000円
- ★投 句 「夏季雑詠」3句
- ★条 件 7月25日までに、ハガキ
または同型の用紙で投句
ください。(当日出席でき
る方に限ります)
- ★送付先・問合せ
〒949-6436 南魚沼市中575
塩沢俳句同好会 宮田朗風 ☎782-3532



プロジェクター操作講習会

参加者募集!

- 一般市民を対象にプロジェクターの操作方法とビデオやパソコンとの接続・調整方法等についての講習会を開催します。育成会、子ども会、保育園関係等での映写会や研修会、会議等で利用したい方はぜひ参加してください。
- ★日時 7月24日(金) 19:00～21:00
 - ★会場 市民会館(多目的ホール)
 - ★参加費 無料
 - ★定員 15人
 - ★講師 魚沼視聴覚センター
吉田 専門員
 - ★締 切 7月15日(水)
 - ★申込み・問合せ 社会教育課 生涯学習係
☎773-6610



※プロジェクター画像はイメージです

第3回 大和地区市民ゴルフ大会

参加者募集!

- ★日時 8月5日(水) 7:00 スタート予定
- ★会場 越後ゴルフ倶楽部
- ★参加費 1人 4,000円(プレー代別)
- ★資格 市民または市内に勤務されている方など
- ★締切り 7月20日(月)
- ★その他 詳細は事務局まで
- ★申込み・問合せ 大会事務局〔やまと観光協会〕
☎777-3054 FAX773-3721

直江兼続杯

第12回 ジュニアサッカーフェスティバル in 南魚沼

8人制少年サッカーの全国大会が南魚沼市で開催されます。県内外から65チーム750人ほどの選手が4日間にわたり熱戦を繰り広げます。



- J1(ジェイ・ワン)のプロサッカーチームのジュニアクラブも参加しますので、市内の選手たちとの試合も楽しみです。お問い合わせの上、多数応援にお出かけください。
- 📅日程 7月27日(月)～30日(木)
 - 📍会場 大和中学校(周辺グラウンド)
 - 📞問合せ 大会事務局(クリエイティブ・ワン星野)
☎03-3476-4200



感動をこのまちで



トキめき通信 No.18



～協賛支援のお願い～ ☆協賛していただける企業・団体・個人を募集中です☆

国体は、毎年都道府県が持ち回り方式で開催する日本最大のスポーツイベントです

【問合せ】 国体推進室（市民会館内 トキめき新潟国体南魚沼市実行委員会事務局） ☎ 773-6140 FAX 772-8161

自転車競技ロード・レースとは？

9月27日(日)開催の自転車競技会（ロード・レース）をご紹介します

今大会は、国道291号「サンライズ南魚沼」前をスタート・ゴールとして、三国川ダムしゃくなげ湖を回って直江兼続公ゆかりの坂戸山を周回する1周37km、標高差279mの特設ロード・レース・コースで行われます。成年男子は4周（148km）、少年男子は3周（111km）で競います。

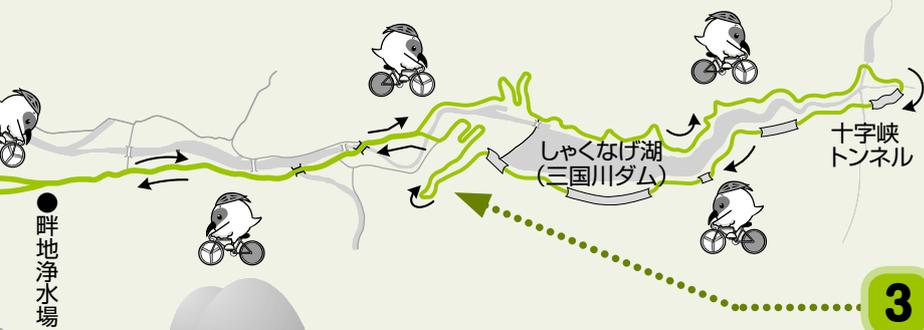
選手は平均時速35～40kmで走ります。このスピードは陸上の100m走でいうと、10秒～11秒程で走るのと同じ速さです。選手はこの速さで3時間以上も走り続けます。そのスピードのため、選手は大きな空気抵抗を受けることになるので、集団になって走ることが多いです。

☆大会当日は、FMゆきぐに（76.2MHz）で実況放送を予定しています。ぜひ、お聞きください。



まなみのこぼ

このった
む、迫力



3

つづら折りの急坂、急カーブを駆け下りるスピードとテクニックは圧巻です。



FMゆきぐに 76.2MHz 『南魚沼市の国体情報』

毎週水曜日 午前8時15分から放送中！

立哨員および交通規制

立哨員につきましては、コース沿道、近隣の行政区および各種団体から多大なるご支援をいただいております。おかげさまで、予定の人数を確保することができました。ご協力に感謝申し上げます。

《当日の交通規制》

9月27日(日)午前8時～午後2時(予定)

コース内は全面通行止めです。

※車両によるコースの横断は指定場所に限りさせていただきます。ご協力をお願いします。



コースの見どころ

コースの見どころとなる場所をいくつかご紹介します。

※当日は交通規制がかかりますので、お出かけの際はご注意ください。



1

迫力一杯の一齐スタートや、最後の力を振り絞って競り合う「ゴールスプリント」などが見られます。



2

長い直線から、スピード集団が直角カーブに突っ込める場所です。



4

コース中、最もスピードが出るところで、自転車の迫力あるスピード感を味わえます。



健康教室

今からでも間に合う！
からだの若返り大作戦

★いま話題のメタボリックのことが
気になる方

★わかってはいるけれど運動やダイ
エットを実行できない方

基礎編では食事と運動の基礎知識
を学んでいただき、実践編ではそれ
を日常生活の中に取り入れることを
お手伝いします。

基礎編

「はらスマート教室」

■対象 原則、65歳未満の※BMI
「25以上」または、腹囲が「男85
センチ・女90センチ以上」の方

■内容 全3回

●1回目
血管の老化を防ぐ毎日
の食卓、私の食事診断

●2回目
これでも満足、500キ
ロカロリー弁当の試食

●3回目
いつまでも若々しくい
るための運動の基礎

■参加費
2回目のみ500円

(弁当代)

※BMIとは、Body Mass Indexの略、肥満
度を測る指数、22が最適
(計算式)BMI = 体重[kg] ÷ 身長[m] ÷ 身長[m]

実践編

「ホップステップ教室」

■対象 原則、「基礎編」を受講し
た方(資料で自己学習した方も
可)

■内容 全4回(毎回同じ内容)

体重・体脂肪・血圧測定/グルー
プでの話し合い(自分の目標の設
定と見直し、食事、運動へのアド
バイス)/筋力・有酸素運動/ス
トレッチ

■参加費 1,000円(全4回)

■日程・時間・会場

前半3回は「基礎編」
後半4回は「実践編」

「教室名」各地域別

「星」大和地域

●日程 7月28日/8月4日・
11日・18日・25日/9
月8日・29日

●時間 午後7時~9時

●会場 働く婦人の家(浦佐)

「明星」六日町地域

●日程 9月29日/10月6日・
14日・23日・30日/11
月13日・27日

●時間 午後7時~9時

●会場
1~3回 南魚沼市
保健センター
4~7回 サンライズ南魚沼

「太陽」塩沢地域

●日程 7月30日/8月4日・
19日・28日/9月4日・
18日/10月2日

●時間 午前9時30分~
11時30分

●会場 塩沢保健センター

健康ひろば

番外編その1

「出張はらスマート教室」

時間は1時間30分程度、栄養士が
出張します。5人以上から受け付け
ています。日時は相談に応じます。

■内容 全1回

500キロカロリー弁当の試食
と血管の老化を防ぐ食事

■参加費 500円(弁当代)



番外編その2

「スリムアップ教室」

40歳から60歳代の方を対象に運動
教室を開催します。時間は1時間30
分程度、専門のインストラクターと
保健師が講師として出張します。10
人程度から受け付けます。日時は相
談に応じます。

■内容 全1回

レインボー健康体操成年期バー
ジョンを中心とした軽運動

■参加費 無料

■申込み・問合せ

保健課 成人保健係
☎777-3850

若年認知症家族会 設立記念講演

入場は無料です。
皆さん、ぜひおいでください。

■日時 7月9日(木)

午後2時30分~4時

■会場 ゆきぐに大和病院 (健友館2階)

■内容

・記念講演 「若年認知症の豆知識」
ゆきぐに大和病院

・講師 ゆきぐに大和病院
院長 宮永和夫 氏

・懇談会 「若年認知症介護につい
て話し合う」

■主催 ゆきぐに大和病院
若年認知症家族会

■問合せ 家族会事務局
(病院内 手島・桜井)

☎777-2111

みなみうおぬま News Plaza

ニュースプラザ



牧之通り組合「まちづくり功労者表彰」

6月1日、平成21年（第27回）「まちづくり月間」まちづくり功労者として、塩沢の「牧之通り組合」が国土交通大臣から表彰されました。

まちづくり功労者表彰とは、魅力あるまちづくりの推進につとめ、特に著しい功績のあった個人または団体に対し、表彰を行うものです。

「FIVBバレーボールアカデミー」開設



6月10日、小栗山に国際バレーボール連盟（FIVB）公認の「FIVBバレーボールアカデミー」を開設しました。このアカデミーは、バレーボール専用コート・トレーニングジムなどを持つ施設で、FIVBが公認する初の強化施設です。これから合宿やインストラクターのトレーニングなどに使用します。

「火の点検 家族みんなが 消防士」

新潟県幼少年婦人防火委員会主催の「防火思想普及啓発ポスター」標語部門に、多数の応募の中から、浦佐在住の牛木ハナさんの標語が選ばれ、平成20年度ポスターの標語に採用されました。このポスターは全県で火災予防運動や防火活動などに活用されます。

今年は昨年に比べ火災の発生が非常に多くなっています。火の元には十分ご注意ください。

〈問合せ〉

南魚沼幼少年婦人防火委員会事務局
（南魚沼市消防本部予防課内）

☎ 782 - 5330



「南魚沼市」と「義と愛」

5月23日、NHK大河ドラマ「天地人」の題字を書いた、書家の武田双雲先生が「愛・天地人博南魚沼」を訪れ、市が依頼した「南魚沼市」と「義と愛」の書2点を、井口市長が受け取りました。

書は「愛・天地人博南魚沼」会場に展示されています。今後、「南魚沼市」の文字は市の印刷物等に使用する予定です。（表紙タイトル下に掲載）



新潟県消防救助技術大会の参加選手、決定!

6月2日、南魚沼市消防署で新潟県消防救助技術大会の署内選考会を開催し、5種目15人の代表選手が決定しました。参加者は、日頃の訓練で体力・技術の向上を図り署内選考会に望みました。

15人の選手は、これからさらに厳しい訓練を重ね、7月8日に開催される第26回新潟県消防救助技術大会での上位入賞、東北大会、全国大会出場を目指します。出場選手および消防署員一同全力で臨んでいます。応援よろしくお祈いします。



7月のカレンダー

日にち	予定行事名など	時間・会場など
6日(月)	市政懇談会	19:30～ あおば保育園
7日(火)	市政懇談会	19:30～ 四十日保育園
8日(水)	特設人権相談所	13:00～16:00 市民会館
9日(木)	特設人権相談所	13:00～16:00 塩沢老人福祉センター
	市政懇談会	19:30～ 五十沢地域開発センター
10日(金)	えほんであそぼ	10:00～11:30 大和公民館
	市政懇談会	19:30～ 城内地域開発センター
12日(日)	市政懇談会	10:00～ 市民会館
16日(木)	市議会 第2回臨時会(予定)	9:30～ 本庁舎議場
	市政懇談会	19:30～ 大巻地域開発センター
17日(金)	市政懇談会	19:30～ 市役所本庁舎
18日(土)	読書のつどい	14:00～15:30 市図書館
	09愛・天地人ウォーク	坂戸城跡コース



ほのほの広場

「親子での遊び」「子育ての仲間同士の情報交換」「育児相談」などにご利用ください。

★時間 9:30～15:00

「広い所で遊ぼう」開催日午後の「ほのほの広場」は、各地区★印の会場で開催します。

★大和会場：大和庁舎 3F

月 火 水 木 金 毎週 月・火・木曜日

- 7月14日(火) 9:30～11:30 「広い所で遊ぼう」
会場：うるおいの里みよう
- 7月2日(木) 10:30～11:00 支援講座
内容：乳幼児の健康 講師：保健師

★六日町会場：ふれ愛支援センター 2F

月 火 水 木 金 毎週 月～金曜日

- 7月15日(火) 10:30～11:00 支援講座
内容：乳幼児の健康 講師：保健師

★塩沢会場：塩沢庁舎 北棟2F

月 火 水 木 金 毎週 火・水・金曜日

- 7月8日(水) 9:30～11:30 「広い所で遊ぼう」
会場：塩沢勤労者体育センター
- 7月21日(火) 10:30～11:00 支援講座
内容：乳幼児の健康 講師：保健師

※どの会場にも参加できます。※申し込みは不要です。
※保険料として1人10円が必要です。

【問合せ】 子育て支援センター ☎777-3113

行政 困りごと 相談日	7月13日(月) 13:30～16:00 働く婦人の家(浦佐)
	7月22日(水) 14:00～16:00 本庁舎
	8月7日(金) 13:00～16:00 塩沢老人福祉センター

▼高校の漢文の授業で、唐代の詩人白居易の作「燕の詩」を読みました。つがいのツバメが雛を育て、やがて巣立ちしていくまでを描いたものです。詩を読みながら、ある人は家族を、ある人は子どもの自立を、そして親の愛情を思います。1200年前の詩でありながら、今でも当時と同じ情景を目の当たりに見ることが出来ます。▼数千キロメートル離れた東南アジアから渡ってきて、日本を繁殖地に選んだツバメ。きつと安全で居心地が良いに違いありません。今までがそうであったように、これからも、私たちと共生できない訳がありません。

7/11
↓
8/2

救急医療当番

(ウェブサイト版 南魚沼市 救急医療 検索)

■新型インフルエンザ「コールセンター☎変更」
 6月26日から、休日の☎が変わりました
 ・平日 (南魚沼市 保健課) ☎777-5231
 ・土日・祝日 (県庁 健康対策課) ☎025-280-5200

7/11 (土)	内科	12:00～18:00	風間内科医院	782-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
12 (日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
18 (土)	内科	12:00～18:00	坂内医院	776-2015
	外科	18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
19 (日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
20 (月祝日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
25 (土)	内科	12:00～18:00	中澤医院	773-3211
	外科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
26 (日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	ゆきぐに大和病院	777-2111
8/1 (土)	内科	12:00～18:00	萌気園二日町診療所	778-0088
	外科	18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111
2 (日)	内科	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	外科	18:00～翌朝6:00	県立六日町病院	772-7111

◎休日救急診療所の所在地
市役所本庁舎となり
南魚沼市保健センター内
☎773-6688
(日曜・祝日のみ)

◎脳神経外科の休日救急医療
土曜の正午～翌朝6:00と
日曜・祝日の朝6:00～
翌朝6:00まで、
齋藤記念病院 ☎773-5111で診療しています。

★市消防本部のテレホンガイド ☎782-1991でも、その週の当番を確認することができます。

編集後記

車庫の梁に作られた巣で、5羽のツバメの雛がかえりました。親鳥は、朝早くから夕方暗くなるまで、餌となる虫を捕り巣に運びます。親鳥が来るたびに5つの黄色い口が一斉に大きく開きねだります。▼ツバメの巣は、多くが玄関や軒先などに作られています。これほど、人と身近に接する鳥はいないでしょう。以前は、益鳥として、また巣をつくると縁起が良いとされてきました。しかし近年、住宅の新築、生活様式の変化により、営巣による汚れ、特に糞によるものが嫌われます。ツバメにとっては、受難の時代です。