

自然・人・産業の和で築く安心のまち

南魚沼市

みなみ 魚沼

市報

2012
JULY
平成24年

Vol.92

7/1



おもな内容

- 各課からのお知らせ……………2
 - 国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証の送付
 - 住民基本台帳法(一部改正)の施行
 - 地域コミュニティ活性化事業の紹介
 - 市長の一言日記
- まなびのひろば……………10
- 南魚沼市ナイトウォーク……………13
- インターハイいよいよ開幕……………16
- けんこうひろば……………17
- 掲示板……………22
- ニュースプラザ……………27



元気なゴール

〜第3回南魚沼グレルメマラソン〜

8月1日からの国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証を送付します

【問合せ】市民課 国保年金係 ☎773-6661

記載内容を確認し、大切に保管してください。7月31日までに届かなかったり、記載内容に誤りがある場合は国保年金係に連絡してください。

後期高齢者医療制度に加入のみなさま

新しい保険証は桃色です

| 後期高齢者医療被保険者証 | |
|-------------------|-----------------------------------|
| 有効期限 平成25年 7月31日 | |
| 被保険者番号 | 1 2 3 4 5 6 7 8 |
| 住所 | 新潟市中央区新光町4番地1 (みほん) |
| 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 24年 4月 1日 |
| 発効期日 | 平成 24年 4月 1日 |
| 交付年月日 | 平成 24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 |

- 7月中旬に1人ひとりにお送りします。
- 「減額認定証」がすでに交付されている方には、8月から使用する新しい認定証を7月下旬に送付します。

国民健康保険に加入のみなさま

新しい保険証はベージュ色です

| | | |
|------------------|---------------------------|----------------|
| 国民健康保険 | 有効期限 | 平成25年 7月31日 |
| 被保険者証 | 記号 | 南魚沼 番号 1234567 |
| 氏名 | 南魚沼 花子 | |
| 性別 | 女 | |
| (みほん) | 生年月日 | 平成 元年 1月 8日 |
| | 資格取得年月日 | 平成 元年 1月 8日 |
| | 交付年月日 | 平成24年 8月 1日 |
| 住所 | 新潟県南魚沼市六日町180番地1 | |
| 世帯主名 | 南魚沼 太郎 | |
| 保険者番号 | 1 5 0 2 4 3 | 保険者名 南魚沼市 |
| 南魚沼市市民課 | 電話 (025) 773-6661 | |
| 新潟県南魚沼市六日町180番地1 | National Health Insurance | |

- 7月下旬に世帯分をまとめて世帯主あてにお送りします。
- すでに社会保険等に加入されている方は、国民健康保険の変更の手続きをしてください。会社を退職して、社会保険等に加入していない方は、国民健康保険に加入する手続きをしてください。
- 窓 市民課、大和・塩沢市民センター
- 70から74歳の方は、保険証に「高齢者受給者証一部負担割合」が表示されています。
- 新しい保険証の有効期限は、原則平成25年7月31日ですが、年齢や資格により短くなる方がいます。下記の一覧表を参考にしてください。

【有効期限が短く表示されている方】

| 対象者 | 有効期限 | 理由 |
|---|--------------------------------|---------------------|
| 1 来年7月31日までに75歳になる人 | 75歳の誕生日の前日 | 後期高齢者医療制度へ移行します。 |
| 2 来年7月31日までに70歳になる人 | 70歳になる誕生月の月末 *1日生まれは誕生月の前月末 | 保険証兼高齢受給者証になります。 |
| 3 来年7月31日までに65歳になる退職医療の人 (上記退職本人の扶養者も同一の有効期限です。) | 65歳になる誕生月の月末 *1日生まれは誕生月の前月末 | 退職医療から一般の保険証に変わります。 |
| 4 転出した国民健康保険の学生で来年3月卒業予定の人 | 来年3月31日 | 卒業すると資格がなくなります。 |

- 1から3の対象者 有効期限までに新しい保険証を郵送します。
- 4の対象者 3月に非該当の届出用紙を郵送しますので提出して下さい。

後期高齢者医療保険証の自己負担割合について

毎年、同一世帯の後期高齢者医療制度加入者の前年中の所得に応じて、医療費の自己負担割合を判定しています。今月お送りする新しい保険証に記載されている自己負担割合（1割または3割）は、8月1日から1年間適用となる医療費の自己負担割合です。

○ 1割負担となる方

同一世帯の後期高齢者医療制度の加入者の中に、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)となる方

同一世帯の後期高齢者医療制度の加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいる方。

※住民税課税所得が145万円以上の所得者がいる場合でも、収入合計額が基準未満であれば、申請により1割負担となります。
該当すると思われる方には後で通知を送付します。



平成24年度 後期高齢者医療保険料について

◎ 7月中旬に、年間保険料額の通知書をお送りします。

◆年間保険料の賦課限度額が、平成24年度から55万円になりました。

●保険料の納付方法 ～平成24年度の時期と方法～

保険料の納付方法は、特別徴収（年金天引き）、普通徴収（納付書か口座振替）、最初は普通徴収で10月から特別徴収に切り替わる場合の3通りです。納付方法は1人ひとり異なりますので、7月中旬に届く通知書をよくご確認ください。

○特別徴収 4月の年金から天引きで納めていただいている方

| | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 時 期 | 4月 | 6月 | 8月 | 10月 | 12月 | 2月 |
| 方 法 | 年 金 | 年 金 | 年 金 | 年 金 | 年 金 | 年 金 |

※10～2月の納付額は、確定した年間保険料から、4～8月の納付額を差し引いた残額を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

| | | |
|-----|------|----------|
| 時 期 | 4～6月 | 7～翌年3月 |
| 方 法 | 納付なし | 納付書か口座振替 |

※年間保険料額を、平成24年7月～平成25年3月に分けて納めていただきます。
月々の保険料額は、通知書に記載されていますのでご確認ください。

※年度途中で、納付方法が納付書や口座振替から年金天引きに変わる方がいます。その場合、年間保険料から、納付書や口座振替の納付額を差し引いた残額を納めていただくので、合計額は変わりません。

保険料の年金からの天引きを口座振替に変更することができます

変更するには市役所と金融機関の両方で手続きが必要です。詳しくは国保年金係にお問合せください。

○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。これにより、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響が生じる場合がありますので、十分注意してください。

国民健康保険

「限度額適用認定証」

☎ 市民課国保年金係

773-6661

医療費が高額になるときは、『限度額適用認定証』など（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。市役所で認定証の交付を受けてください。交付にあたり国保税の納付状況を確認します。70歳から74歳までは、住民税非課税世帯の方が対象です。

*「認定証」を提示しない場合や複数の医療機関を受診し自己負担限度額を超えたときは、後日「高額療養費」の支給申請をしてください。申請が必要な方には、申請案内が送付されます。

更新手続は8月にお願います

現在、お持ちの方で引き続き必要な方は、8月中に更新の手続きをお願いします。

●必要なもの

○保険証 ○印鑑

●申請場所

市民課国保年金係
大和市民センター
塩沢市民センター

ジェネリック医薬品差額通知を発送します

国民健康保険に加入されている方で、ジェネリック医薬品への切り替えにより、薬代の自己負担額が軽減される方に7月19日に通知書を発送します。

この通知書は、現在処方されている新薬（先発医薬品）をジェネリック医薬品（後発医薬品）に切り替えた場合に、薬代がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせするものです。

患者さんの自己負担額を減らすとともに、国民健康保険財政の健全化を図ることを目的としています。

まずは、かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください。

※ジェネリック医薬品とは
新薬の特許期間（20年から25年）が過ぎて効き目や安全性が実証されている薬と主成分が同一であることなどが審査され、厚生労働省により製造・販売が承認された安価な薬です。



医療費に関心をもちましょう

医療費を削減して保険制度を安定させるためにも、皆さまには医療の受け方を見直して、上手な受診を心がけ、医療費の節約にご協力ください。

上手なお医者さんのかかり方

- ・同じ病気で重複して受診するのは控えましょう。
- ・夜間や休日に受診は急病の場合のみにしましょう。
- ・かかりつけ医を持ちましょう。
- ・薬を必要以上に服用するのはやめましょう。

・ジェネリック医薬品を活用しましょう。

*年に1回は必ず健康診断を受けて、病気の予防や早期発見に努めましょう。

病気の発見が遅れると病気が進行し治療期間も長くなります。病気の早期発見・早期治療のために年1回の検診は必ず受けましょう。

国民年金・保険料免除

～手続きはお早めに～

☎ 市民課国保年金係

773-6661

国民年金は20歳から60歳までのすべての方が加入する基礎年金です。24年度の保険料は、月額14,980円ですが、保険料の納付が困難な方は、保険料の納付が免除または猶予される制度があります。

免除制度には「全額免除」「4分の3免除」「半額免除」「4分の1免除」があります。また、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。

免除・猶予を希望される方は、申請手続が必要です。

※いずれの場合も前年所得や扶養人数で審査が行われます。

●免除・猶予対象期間 24年度（24年7月～25年6月）

●申請受付 7月～随時

●申請場所

市民課国保年金係
大和市民センター
塩沢市民センター
または、六日町年金事務所

7月9日から 住民基本台帳法(一部改正)が施行されます

【問合せ】市民課 市民係 ☎773-6661 / 【届出先】市民課(本庁)、各市民センター(大和、塩沢庁舎)

住民基本台帳カード(住基カード)をお持ちの方が市外へ転出してても住基カードが継続して使用できます

7月9日以降、住基カードを所持する方および所持する方を含む世帯員が転出届を行う場合は、**原則、転出する全ての方**の情報は住基ネットを使い転入予定地に送信されます。これにより、転出証明書を受けずに転入届ができます。「転入届の特例」適用といえます。

転出届出後、転入する市町村に所定の転入届を行うことで、これまで市外へ引越しすると廃止された住基カードは、継続利用することができます。

①「転入届の特例」の対象

届出時点で有効な住基カードを所持する本人、または住基カードを所持する方を含む世帯が同時に転出届を行う場合の世帯員

②転出届の方法

届出人 住基カードを所持する本人、住基カードを所持する方と同一世帯の方、または法定代理人

届出期間等 郵送などで転出予定日の14日前から届出ができます。

届出人が本人確認書類(運転免許証など)の写しを添付のうえ申請

請書を送付してください。児童手当、国民健康保険など別途手続が必要な場合は、来庁してください。

届出には住基カード所持の有無、日中の連絡先の記載等が必要で、住基カードと一緒に送付しないでください。

※届出日によつては転出証明書が交付され、通常の転出となる場合があります。

※詳細は市民課へお問合せください。

③住基カード継続利用と転入届

届出人 住基カードを所持する本人、または所持する本人と同時に転入する世帯員、または法定代理人

届出期間等 転出届出後、新住所地に住み始めた日から14日以内に住基カード(暗証番号入力をしていただきます)、本人確認書類(運転免許証など)をお持ちのうえ転入届を行ってください。住基カードの継続利用をすることができません。

※住み始めた日から14日を経過した転入届または転出予定日から30日を経過した転入届等の場合、住基カードが継続利用できなくなります。ご注意ください。

※住基カードICチップに格納

※住基カードICチップに格納

されている公的個人認証電子証明書(E-TAXで使用)は、継続されません。改めて申請してください。

※詳細は市民課へお問合せください。

外国籍住民の方も住民基本台帳制度の対象となります

外国人住民の方の住民票が作成され、日本人と外国人とで構成される同一世帯の証明についても世帯全員が記載された住民票の写し等が交付できるようになります。

対象

3か月を超えて在留する外国人で住所を有する方。(観光目的などの短期滞在者等を除く)

記載内容

氏名、生年月日、性別、市内住所、国籍、地域、在留資格、在留期間など。

住所を変更する場合は、日本人と同様に居住地市町村への届出が必要となります。

市外へ転出の場合

転出予定日の約14日前からの届出。転出証明書を交付します。(国外への転出を除く)

市内転居・市内への転入の場合

住み始めた日から14日以内の届出。(事前の届出はできません。)

住所変更届出のときの持ち物

「在留カード(外国人登録証明書)」または「特別永住者証明書」、ない場合は「パスポート」

外国人登録証明書が「在留カード」「特別永住者証明書」になります

出入国管理及び難民認定法(入管法)の改正により、在留期間更新等の手続きを入国管理局で行うと、居住地市町村への住所を除く在留期間等の届出は不要になります。現在の外国人登録証明書は次の期間内に手続が必要です。

| 在留資格 | 切替期間と手続先 |
|-------------|---|
| 特別永住者の方 | 外国人登録証明書の「次回確認申請期間」の始期まで(ただし、16歳未満の方は16歳の誕生日まで)。市役所市民課または各市民センターで手続ください。手続後に「特別永住者証明書」を交付します。 |
| 永住者の方 | 平成27(2015)年7月8日、または外国人登録証明書の「次回確認年月日」のうち、いずれか早い日まで(ただし、16歳未満の方は平成27(2015)年7月8日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで)。入国管理局での手続で「在留カード」が交付されます。 |
| 上記以外の在留資格の方 | 平成24(2012)年7月9日以降の入国管理局での手続で「在留カード」が交付されます。 |

地域コミュニティ活性化事業の紹介

**主役は地域の皆さま
自らのまちは自らつくる
地域を自分たちの力で元気にしよう!**

企画政策課

773-6672



◆地域コミュニティ活性化事業とは?

市民主体のまちづくりを推進するための一つの施策として、地域のことを一番理解している住民の皆さんの総力で、地区独自の特性を活かしつつ、地域を活性化し、住民の連帯を深め、安心・安全の社会、美しい環境づくりを目指すための事業です。

地区単位における自主的で独自性の高い地域事業の実施が可能となりました。

その使い道や施設整備(修繕)またはソフト事業の割合などを地域づくり協議会の中で自由に選択できることとし、地域の皆さまのニーズに柔軟に対応できるようにしています。



●管理運営のため、地域づくり協議会で選任された事務長が常駐し、地区の実情を踏まえ「地域づくり協議会」で決めた時間で運営されています。

～主な業務～

- ①施設の日常的な維持管理業務
- ②地域づくり協議会の事務局
↓地域コミュニティ活性化事業の実施
- ③行政と協働のまちづくりのための事務↓地区の行政局長会事務、公民館の分館活動
- ④行政区長宛て文書配送(主に月2回発行の市報)
- ⑤各協議会で認められた公共団体の事務局事務

◆地域コミュニティで どんなことが出来る?

地域の課題解決または活性化につながるために行う事業で「基礎事業」と「提案事業」に区分しています。

地区の皆さまの創意工夫により特色ある地域づくりがさらに展開出来るようになっていきます。

基礎事業とは?

主に地元で管理する法定外公共物(赤道・青線等)の修繕や市道に付帯する道路構造に影響を与えない軽微な修繕が実施できます。

●地元の視点で事業を実施出来るメリットがあります。

●市では対応出来なかった修繕への対応や、道路管理者と地元との視点の違いにより生ずるすき間を改善することが可能です。

▲具体的には

- 次のような事業です
- 道路側溝蓋の交換
 - 側溝修繕
 - 小規模な舗装修繕
 - 安全柵の修繕
 - カーブミラーの修繕
 - 水路補修・改善
 - 水路の浚渫(しんせつ)など

提案事業とは?

●地区の特性を活かし住民のつながりを深め地域が活性化するために、自由な発想で独自に計画し実施する事業です。

●住民のニーズの確かな把握と、きめ細やかな事業実施をはかり、住みよいまちづくりを推進します。

●地区活動に係わる様々な活動団体との連携を推進し、地区が一体となった「わがまちづくり」を推進します。

●次のような項目です

●地域づくり協議会の組織づくりのために必要な費用

- 地域活性化のためのイベントに必要な費用
- 安全・安心確保のために必要な費用
- 環境改善美化のために必要な費用
- 健康増進活動のために必要な費用
- 地区広報活動のために必要な費用
- 中山間地小規模集落のコミュニティ支援に必要な費用
- その他地区の活性化につながるために必要な費用

◆交付金額は?

●地区センターの管理事務費、地域づくり協議会の事務局経費、文書配送の事務費相当額を交付しています。

●地域コミュニティの活性化事業財源として、200万円(基礎事業分+提案事業分)を基本に、人口割による地域間調整により60万円から160万円を推進分として加算し、交付しています。(ただし六日町地区は提案事業分のみ)

●このほかに小規模集落支援として5集落(辻又・後山・栃窪・岩ノ下・清水)のある地域づくり協議会には1集落あたり20万円を加算しています。

◆地区センターとは?

●地区住民の集える自治活動の拠点づくりの場として設置されました。

◆実施数は?

●旧3町を構成していた12の各地区をそれぞれ1単位として事業を実施します。

◆実施単位は?

④自らのまちは自らつくる
『実行する地域コミュニティ』の実現を目指す

◆全体のイメージ

①市から地域に一定程度の交付金を交付

②地域でできること、したいことを地域で実施することが可能

③住民の自治意識、連帯を高める

④自らのまちは自らつくる

『実行する地域コミュニティ』の実現を目指す

平成23年度に12地区が実施した事業についてご紹介します

藪神地区地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…合同節分祭、藪神出身者との交流、縄ない教室、餅つき大会、運動会、各種スポーツ大会
- ・広報活動…協議会だより発行
- ・環境改善事業…公園整備、花壇等の整備
- ・小規模集落支援事業…後山地区辻又地区への事業支援（ブナ林公園整備、村づくり事業助成）

基礎事業

街路灯設置、側溝及び排水路修繕、道路補修、カーブミラー修繕 ほか



浦佐地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…運動会、賽ノ神、びしゃもん市「小さな祭り」支援、健康ウォーキング開催
- ・環境改善事業…花いっぱい美化運動
- ・広報活動…広報紙発行

基礎事業

毘沙門新参道補修、駐車場樹木枝打ち、側溝土砂処理、清水配管修理、街路灯設置工事 ほか



大崎地区地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…各地域で実施される事業への支援（塔之山まつり、大崎ダム鯉のぼり友の会）
- ・環境改善事業…緑化花いっぱい事業等（水尾公園整備、サクラプロジェクト、大崎ふれあい公園等）
- ・安全安心対策事業…水防資材格納庫、立て看板製作等
- ・広報活動…広報紙発行

基礎事業

道路補修、水路改修、防護柵補修及び設置、防火用水門ハンドル取替え、側溝蓋交換、防犯灯設置工事 ほか



東地区地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…ブナ林コンサート、夏祭り城山ウォーキング、青少年育成会キャンプ、魚沼漁協釣り大会助成、八海山麓ホワイトカーニバル助成
- ・環境改善事業…道路脇花壇整備
- ・安全安心対策事業…女性部活動補助
- ・広報活動…広報紙発行

基礎事業

水路改修、道路補修及び原材支給、集落名看板、交通看板等設置更新、防犯灯設置工事、カーブミラー修繕、公園遊具格納庫修繕 ほか



六日町地区地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…敬老会のアトラクション出演者派遣、地域伝統行事等の支援
- ・安全安心対策事業…交通安全看板、ストップマーク、火災予防看板、防犯灯器具等の支給
- ・広報活動…町内広報掲示板等の支給
- ・環境改善事業…不法投棄禁止看板の支給、花いっぱい運動等の助成
- ・健康増進事業…市民健康登山、トレッキング等の開催、健康講話などの開催助成

健康増進事業…市民健康登山、トレッキング等の開催、健康講話などの開催助成



五十沢地区地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…畔地神楽保存会講演用提灯購入、ソフトバレーボール大会
- ・安全安心対策事業…防災備品（発電機）整備、デリネーターポール設置、防犯灯設置
- ・環境改善事業…花壇整備、防犯灯電柱傾き修復

基礎事業

水路補修、道路舗装、側溝蓋及び集水柵蓋交換、橋の欄干の塗装、センター自転車小屋修繕 ほか



城内地区地域づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…登山マラソン助成、郷土史調査会助成、狼煙プロジェクト助成
- ・環境改善事業…
八海山花公園管理
- ・広報活動…
のぼり旗の設置



基礎事業

沈澱池設置助成、街路灯設置、側溝修繕、側溝蓋設置、河床土砂及びごみ等撤去ほか



大巻地区環境づくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…クリスマスイベント、敬老会事業
- ・安全安心対策事業…交通安全看板作成、防犯旗の作成
- ・環境改善事業…菜の花整備、市道脇に花植栽、小学校周辺環境美化、バス停等美化
- ・広報活動…コシヒカリ発祥記念碑案内看板作成助成
- ・その他事業…屋号入り電話帳作成助成

基礎事業

側溝蓋設置及び交換、青線改良、舗装用砂利支給、カーブミラー設置、防犯灯移設 ほか



塩沢地区まちづくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…合同敬老会支援事業
- ・環境改善事業…岩之下フラワーロード植付け事業
- ・安全安心対策事業…
交通安全対策支援カーブミラー設置
- ・広報活動…野立て看板作製設置
- ・小規模集落支援事業…栃窪地区への事業支援(棚田草刈りアート日本選手権大会)



基礎事業

安全柵設置、道路側溝修繕、側溝蓋取替え及び設置道路補修整備、原材料支給、農排水路改善工事 ほか



上田ふるさと協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…登川清流ジョギング大会
- ・その他事業…上田中学校校歌額装及びCD作製、集会所地デジ対応整備助成
- ・小規模集落支援事業…清水地区への事業支援

基礎事業

安全柵設置、防護蓋設置、青線水路改修、U字溝設置、防犯灯設置工事、カーブミラー設置 ほか



中之島地区まちづくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…親子ふれあい活動、地区商工祭協賛、ピンポン選手権、囲碁将棋迷人戦
- ・環境改善事業…花いっぱい美化運動、通学路美化活動、愛宕山登山道整備
- ・広報活動…広報紙発行
- ・その他事業…屋号保存継承事業



基礎事業

側溝蓋取替え及び設置、水路修復、グレーチング工事、集落案内看板修繕、カーブミラー設置及び修繕 ほか



石打地区まちづくり協議会

提案事業

- ・地域活性化事業…敬老化事業、地域交流事業
- ・環境改善事業…ゴミ収納庫整備
- ・その他事業…伍社宮再建85周年記念事業
- ・広報活動…広報紙発行

基礎事業

U字溝敷設、防護柵設置、土砂除去、道路補修整備、防犯灯設置工事 ほか



市長の一言日記

「好事魔多し」の

教訓に改めて思う

昨年より1週間早く6月9日に梅雨入り宣言が発表されましたが、今のところ、梅雨特有の、あのジメジメ感はありません。

さて、5月は南魚沼市にとって大きな、そして大切な行事が連続しました。一つは、5月15日に行われたオーストリア・セルデン町との姉妹都市締結30周年記念事業であり、二つ目は5月17〜18日に行われた北信越5県の市長会総会、三つ目は5月24日に行われた(株)プリンスホテルとの「官民連携の取組に関する協定」の締結式であります。

それぞれの内容をここで詳しく紹介することはできませんが(市のホームページに詳しく掲載されています)のでぜひご覧ください、どの件も南魚沼市を全国にアピールし、その認知度を飛躍的に向上させ、ひいては市の発展に大きく寄与するものであり、改めて関係各位のご支援、ご協力に心から感謝申し上げます。



しかし、そんな気持ちを一瞬にして打ち砕いたのが、5月24日発生の中筒峠トンネル内爆発事故でした。私も翌日、現場を視察しましたが、あまりの惨状に思わず息をのみました。決してあつてはならない事故であり、今後はこれを教訓として、事故原因の徹底的な解明とこうした事故の再発防止、そして早期の工事再開を強く望むものです。

亡くなられた4名の皆さまのご冥福をお祈り申し上げますとともに、負傷された3名の皆さまに対しましてもお見舞いを申し上げます。

いつ何時、何が起こるかわからないのは世の常でもあります。「好事魔多し」、この教訓を脳裏に刻み、緊張感をもって職責にあたることの大切さに改めて思いを致しております。

のびのび越後上布体験講座 「塩沢の織物にふれる一日」

【問合せ】 社会教育課文化振興係

(大和公民館内)

☎77714671

昔からの製法を今に伝える「越後上布」。その製法を応用した「塩沢紬」がどのように作られているのか体験してみませんか。

●期日 8月3日(金)

●場所 鈴木牧之記念館

●対象 市内の小学校3年生、6年生

●内容 苧麻(ちよま)の刈取り、苧引き(おびき)、藍染、高機織りの体験を予定しています。
※詳細はお問い合わせください。



南魚展 作品募集 第45回記念南魚展

【問合せ】 社会教育課文化振興係

(大和公民館内)

☎77714671

秋に開催される南魚沼美術展覧会(南魚展)では皆さまから作品を公募します。

◇作品の受付・搬入 9月5日(水) 午前9時〜12時30分

◇作品の展示 9月6日(木)〜9日(日)

◇会場 デイスポート南魚沼

◇部門 絵画、彫刻、書道、写真

◇出品料 1点 2000円

2点 2500円

3点 3000円

中高生は、3点まで500円

※詳しくは、市内各庁舎・公民館にある「第45回記念南魚沼美術展覧会出品規定」をご覧ください。(市のウェブサイトからもダウンロードできます)



みんなの図書館

申込み・問合せ

南魚沼市図書館
☎773-6677

7月の開館日時

南魚沼市 ㊗～㊗9:00～17:00 (㊗のみ19:00まで) 休館㊗ (祝日は翌日)と19日(木)

大和 ☎777-4671 ㊗～㊗9:00～19:00 (㊗㊗祝日17:00まで) 休館㊗ (祝日は翌日)

塩沢 ☎782-0100 ㊗～㊗9:00～20:00 (㊗㊗祝日17:00まで)

WEBからの予約を開始!

7月1日(日)からウェブサイトでから図書館の予約が可能になります。「南魚沼市図書館ウェブ検索」(<http://www.lib-minamiunuma.jp/>)から蔵書検索をし、利用者番号とパスワード(数字4桁)を入力すると図書館の予約ができます。

【パスワード登録方法】

パスワード登録申込書に必要事項を記入の上、ご本人の図書利用カードと身分証明書を持参ください。受付は、市内3館の図書館・図書室の平

日(月曜日を除く) 午前9時から午後5時までとなります。詳しくは、南魚沼市図書館にお問い合わせください。

7月読書のつどい

テーマは「夏」、楽しい実験や工作もします。お友達を誘ってぜひご参加ください。

●日時 7月21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 読み聞かせ、本の紹介、小学生組 ロケットで楽しい実験「空気で遊ぼう」

●幼児組 工作「スケルトン

ヨーヨー」油性マジック(色自由)

をお持ちください。

●対象 幼児・小学生・保護者

他どなたでも

●講師 魚沼・小千谷地域理科教育センター

●定員 50人 ※参加無料

●申込み 必要です。図書館へ申込みください。

7月のおはなしかい

手遊び、おはなし、パネルシアターなど楽しい内容で皆さんをお待ちしています。

おはなしかいの後は、ぜひ図

書館にお立ち寄りください。

●日時 7月14日(土)

●幼児向き 午前10時

●小学生向き 午前10時35分

●会場 中央公民館(和室)

●対象 幼児から小学生とその保護者

5月読書のつどい

～一口感想集～

5月読書のつどいは、ペープサート「おでかけとうさん」や新聞紙遊びをして楽しみました。◆手遊びが楽しかったです。新聞紙遊びも良いものができました。◆初めて参加しました。最初の歌遊びを楽しそうに歌っていました。また来たいと思います。◆工作が楽しかったです。今度は友達を誘って来たいです。本も借りてみたいです。

「絵本のへや」七夕会

●日時 7月11日(水)

午前10時30分から

乳幼児読み聞かせ「絵本のへや」でお琴の演奏や七夕飾りを作ります。

みんなきてね!



郷土図書紹介

○「歌集 ふきのとう」

上村美恵子／著

「前略」魚沼の里を見おろす山々は変わりませんが、いろいろな道路が村を分断し、便利にはなつたものの、緑がだんだん削られてゆきます。雪消えの畦に見つけたふきのとうのさ緑、ぶな林の新緑、紅葉、白の世界と四季さまざまな顔を見せるこの地の美しさをこれからも歌に詠んでいきたいと思えます。子どもや孫たちの思い出になれば何よりです。―後略―(あとがきより)



※上村美恵子様(余川)から寄贈いただきました。

○「第二歌集 百合乃木の歌」

龍溪(山本龍作)／著

いずれの歌も、私の心に宿り、血や肉となり技巧の花を咲かせてくれる種である。今回の歌集の特色は、自分がどんな種類の歌を詠んでいるか、歌のジャンルを整理してみたことである。

現実詠が七割、心象詠等が三割位かなと想っている。現実を離れて空想し歌を詠むことが快い。中でも宇宙に興味を湧く。神話、星座、天文学の最新の発見をベースに、四季空を仰ぎ、作歌を試みている。(あとがきより)

※山本龍作様(大沢)から寄贈いただきました。



巡回図書、ご利用ください

6月21日(木) 塩沢図書室を入れ替えました。次回大和図書室は、7月19日(木)に入れ替えの予定です。



南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

〒949-6611 南魚沼市坂戸372

デイスポート南魚沼内

7月の休館：2日(月)・9日(月)・19日(木)

〈27日(金)～30日(月)インターハイ自転車ロードレース競技会場のため施設の利用はできません〉

☎025-773-3210 ☎025-773-6955

デイスポート南魚沼 初心者 夏休み短期水泳教室

夏休みを利用して、集中レッスンを行います。水泳の基礎を身に付けましょう。この機会に短期集中レッスンはいかがですか。

●期間

☆7月20日(金)～7月25日(水) (22日(日)除く)

Aコース・・・17：05～17：55

Bコース・・・18：05～18：55

☆7月31日(火)～8月4日(土)

Cコース・・・17：05～17：55

Dコース・・・18：05～18：55

・各コース 全5回

いずれかのコースをお申し込みください。

(2コースのお申し込みも可能です。)

●対象 クロールで25m泳げない小学生

●定員 各コース50人(先着)

●参加料 1コースにつき

スポパラ会員 1,500円(一般 3,000円)

●保険料 スポパラ会員は年会費に、一般は参加料に含まれています。

※プールの入場料は別途必要となります。(プライベートカード・定期券などもありますので、ご相談ください。)

◆申込先 デイスポート南魚沼

◆申込期間 7月5日(木)～15日(日)

※先着順(各コースとも定員になりしだい締め切りとなります)

夏季短期陸上競技教室 ～スポパラ×市陸上競技協会ジョイント～

技術の向上を目的に、9月の各地区小学校親善大会へ向けて競技練習を行います。

●期間 7月28日(土)・8月4日(土)・

8月18日(土)・9月8日(土) 全4回

●時間 午前9時30分～11時30分

●会場 八海高校グラウンド(雨天決行)

【荒天】市内小中学校体育館

●対象 小学4～6年生

●指導種目 100m・女子 800m・男子 1500m・ハードル走・走高跳・走幅跳・ソフトボール投げ・リレー

●指導内容 各種目の技術の向上を目指します。

●指導者 小中高校の指導者・陸上競技協会の競技者

●参加料 スポパラ会員 1,200円(一般 2,500円)

●保険料 スポパラ会員は年会費に、一般は教室参加料に含まれています。

◆申込先 デイスポート南魚沼

◆申込期間 7月1日(日)～24日(火)



トレーニングマシン使用法講習会(参加者募集中)

デイスポート南魚沼の筋力アップマシンは、油圧抵抗式マシンを導入しています。どなたでも簡単にご利用いただけます。この機会にマシンの使い方を覚えてみませんか。

■日時 7月16日(月・祝) 12：00～13：30

■会場 デイスポート南魚沼1階
トレーニングルーム

■対象 中学生以上

■定員 10人(事前申込み必要)

■入場料 施設利用料 300円(定期券利用可)

■受講料 スポパラ会員：無料(一般 200円)

※運動着・室内シューズ・タオルをご用意ください。

小栗山サンスポーツランドテニスコート

【申込み・問合せ】管理棟 ☎772-7567

7月1日～9月30日まで営業時間内は管理人が管理棟に常駐します。利用申込みは管理棟をお願いします。皆さまのご利用をお待ちしています(ナイターは、7・8月は無休、9月は月曜休館)。

【営業時間】 ★昼 9:00～17:00

★ナイター 17:00～22:00

【利用料金】 ※南魚沼市(郡)内の方

◆テニスコート占用利用(1面)

| 1時間 | 4時間 | 照明料 1時間 | 年券(1面につき) 時間制限はありません。 | | | 備考 |
|------|--------|------------|-----------------------|---------|---------|--------------------------|
| | | | 昼券 | 夜券 | 昼夜券 | |
| 400円 | 1,400円 | 700円 | 18,000円 | 36,000円 | 51,000円 | 30分以内の利用は、1時間料金の半額となります。 |

池田記念美術館 9:00~17:00 (入館終了16:30)

7月の休館:毎週水曜日

TEL 780-4080 FAX 777-3815 URL <http://www.ikedart.jp>
 一般500円/高校生以下(無料)

展覧会『松岡達英「自然王国」—絵本を体感する!』

● 期間 7月31日(火)まで

長岡市出身の絵本作家 松岡達英さんの原画を展示。その確かな自然観察眼が繰り出す精細な里山やジャングルの世界は、生き物たちの息遣いが聞こえてくる、まさに「自然王国」。めずらしい昆虫標本あり、空中を飛ぶオブジェありで美術館の2部屋は「松岡ワールド」の体験ゾーンとなります。



ワークショップ「浦佐里山自然観察とブローチづくり」

● 期間 7月28日(土) 10:00~14:00
 ● 参加費 大人1,000円 高校生以下500円
 ※定員20人

松岡さんを講師に、浦佐の里山を歩きます。里山の自然を観察して、自分で見つけた植物や昆虫をブローチに描きます。参加を希望される方は、池田記念美術館へお電話ください。

棟方志功アートステーション 開館9:00~17:00 (入館終了16:30)

6日(金)まで休館

TEL 772-7171 URL <http://www.m-uonuma.jp/m-artstation/>

第2期 ● 期間 7月7日(土)~9月30日(日)

トミオカホワイト美術館 9:00~17:00 (入館終了16:30)

7月の休館:毎週水曜日、10日(火)~13日(金)

TEL 775-3646 【7月の市民招待は8日(日)・28日(土)】
 一般500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

トミオカホワイトの雪流 I 開催中!!

◆ 期間 7月9日(月)まで

3か月にわたりご紹介してきた「雪流」は、まもなく終了となります。貴重な初期作品をお見逃さないよう、ぜひ足をお運びください。



7月14日(土)からは、シリーズ第2弾「雪流(臨)」に替わり、「白の世界」は中期へと進んでいきます。日本の自然を描くことに情熱を傾けたこの時期に、多くの代表作が生まれました。

鈴木牧之記念館 開館9:00~16:30

7月の休館:毎週火曜日

TEL FAX 782-9860
 大人500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

南魚沼市民会館 受付 8:30~17:15

7月の休館:毎週月曜日(祝日は翌日)

TEL 773-5500 FAX 772-8161 ☎0120-150-142
 URL <http://www.6bun.jp>

● 24年度芸術文化事業のご案内 ●

地芝居(歌舞伎)ワークショップ

~地芝居の指導者、後継者育成のための研修会~

魚沼地域の地芝居(歌舞伎)振興を目的とした全日本郷土芸能協会主催(文化庁助成事業)による、地芝居(歌舞伎)ワークショップを開催します。多くの市民のみなさまに関心を持ってもらうため、一般の方の見学も可能です。歌舞伎の魅力に触れてみましょう!

■ 日時

7月7日(土) 13:00~17:00

基調講演「魚沼地域の地芝居の現状」

セリフの稽古・化粧・衣装の着付け講座

7月8日(日) 9:00~12:00

義太夫と所作~三味線に合わせた所作とセリフ~

■ 会場 市民会館 多目的ホール

■ 参加費 無料 ※事前に申込みが必要です。
 申込み用紙記入の上、市民会館まで。

■ 申込締切り 7月3日(火)

■ 主催 公益社団法人全日本郷土芸能協会

■ 共催 市歌舞伎振興会、市文化スポーツ振興公社

24年度優秀映画鑑賞推進事業「音楽・歌謡映画の決定版」

軽やかなリズムと華やかな色彩にのせて、歌と笑いと夢にあふれた音楽、歌謡映画を紹介します。

■ 日時 8月11日(土)、12日(日)

上映タイトル

『エノケンの頑張り戦術』『ジャンケン娘』

『大学の若大将』『君も出世ができる』

■ 会場 市民会館(多目的ホール)

■ 料金 全席自由 1,000円(2日間通し券)
 小学生以下無料

※前売りはありません。当日券は市民会館窓口にて販売します。

ミュージカル「アトム」

手塚治虫の名作を劇団わらび座がミュージカルで上演! ロボットと人間の絆、衝突、愛を描いた作品をぜひご覧ください。



■ 日時 9月9日(日) 開演18:30(開場18:00)

■ 会場 市民会館 大ホール

■ 料金 全席指定

一般 4,000円(当日4,500円)

小学生以下 2,000円(当日2,500円)

※会館、会館プレイガイドでチケット好評発売中

参加者募集

第8回 南魚沼市ナイトウォーク



「つながろう！南魚沼市2012 in 塩沢宿牧之通り」

【問合せ】 社会教育課 生涯スポーツ係 ☎773-6630

今年は、昨年豪雨の影響で実施できなかった六日町から塩沢方面へ向かうコースに再チャレンジします！都市景観大賞を受賞した今話題の牧之通りを、実際に歩いてみませんか？ライトアップされた夜の牧之通りは一見の価値があります。当日は塩沢小（ファミリーコースゴール地点）で、豚汁サービスや抽選会も行います！地球温暖化防止・エコ運動の一環として、イベントでのゴミを少しでも削減するためマイ汁椀・マイ箸の持参にご協力ください。

- 日 時 8月4日(土)雨天決行 受付時間17:00~18:00 出発時間18:10(南魚沼市民会館)
- コース ▼ファミリーコース(10km) ※ゴール後に市民会館行きの無料シャトルバスがでます
▼チャレンジコース(15km) ※市民会館から塩沢小までファミリーコースと共通です
- 参加費 高校生以上1,000円、小学生~中学生500円、小学生未満:無料
- 締切り 7月20日(金)
- 申込み 生涯スポーツ係(市民会館内)、大和公民館、塩沢公民館、デスポート南魚沼、五十沢・城内・大巻の各開発センターで受付を行いますので、参加費を添えて申込みください。
- 申込書 上記受付場所のほかに
- 設置場所 【六日町地域】本庁舎ロビー、六日町駅(構内通路)、イオン六日町店
【塩沢地域】塩沢庁舎ロビー、塩沢商工会、上田農村環境改善センター、中之島農村環境改善センター、石打農業者トレーニングセンター
【大和地域】大和庁舎ロビー、まほろば、大崎農業会館、東地域開発センター
- その他 先導員が付きます。走る方およびペットの同伴はご遠慮ください。

地域の皆さまへ

当日は、通行止めにて開催する区間があります。一般通行にご迷惑をお掛けしますが、事業へのご理解と安全運転にご協力をお願いします。



CO2削減のために
一人ひとりが出来ること

市体育協会 競技力向上委員会主催

「ランニング教室」開催

【問合せ】 競技力向上委員会(貝瀬)
☎080-1052-8869 (18:00~21:00)

- 日 時 7月8日(日) 9:30~11:00
※雨天の場合は中止です。
- 場 所 六日町小学校 グラウンド
- 内 容 小学生から一般市民ランナーまで誰でも参加できるランニング教室
- 講 師 南魚沼市陸上競技協会 協会員
- 持ち物 運動のできる服装、タオル、飲み物(各自で水分補給に努めてください)
- 参加費 無料
- 申込み 不要(直接会場にお越しください)



市野球連盟

「市長杯一般野球大会」

【問合せ】 市野球連盟(小倉) ☎090-1653-4616

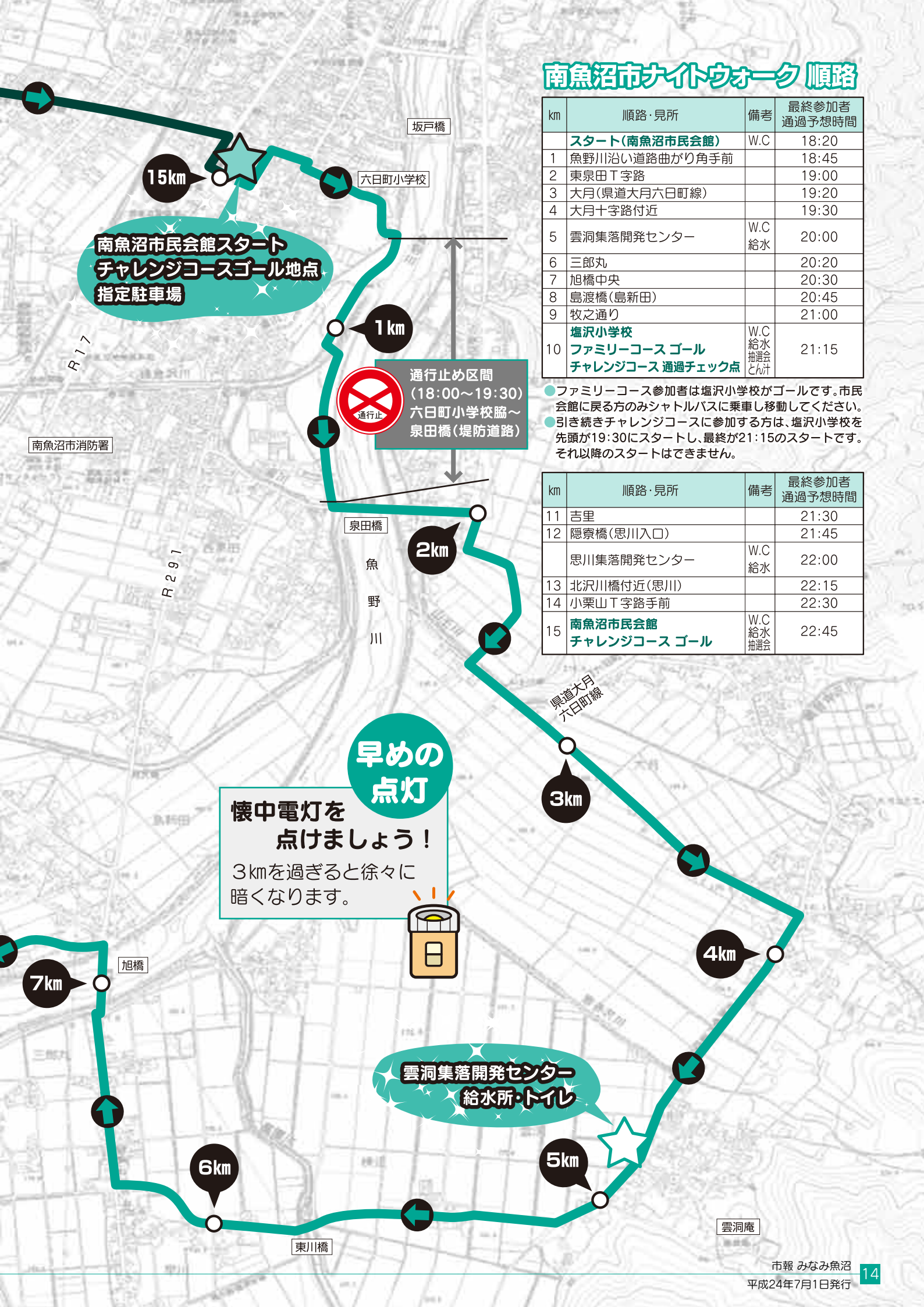
- 期 日 予 選 8月5日(日)
決 勝 8月26日(日)
予備日 9月2日(日)
- 会 場 二日町グラウンドほか
- 参加費 1チーム
3,000円(連盟登録チーム)
10,000円(連盟未登録チーム)
- 申込先 デスポート南魚沼
- 締切り 7月20日(金)
- 抽選会 7月25日(水)19:30~ 市民会館 和室
(参加費をお持ちください)
- その他 ユニフォームはチームで統一してください。

南魚沼市ナイトウォーク 順路

| km | 順路・見所 | 備考 | 最終参加者 通過予想時間 |
|----|--|-------------------------|-----------------|
| | スタート(南魚沼市民会館) | W.C | 18:20 |
| 1 | 魚野川沿い道路曲がり角手前 | | 18:45 |
| 2 | 東泉田T字路 | | 19:00 |
| 3 | 大月(県道大月六日町線) | | 19:20 |
| 4 | 大月十字路口付近 | | 19:30 |
| 5 | 雲洞集落開発センター | W.C 給水 | 20:00 |
| 6 | 三郎丸 | | 20:20 |
| 7 | 旭橋中央 | | 20:30 |
| 8 | 島渡橋(島新田) | | 20:45 |
| 9 | 牧之通り | | 21:00 |
| 10 | 塩沢小学校 ファミリーコースゴール チャレンジコース通過チェック点 | W.C 給水 抽選会 とん汁 | 21:15 |

- ファミリーコース参加者は塩沢小学校がゴールです。市民会館に戻る方のみシャトルバスに乗り移動してください。
- 引き続きチャレンジコースに参加する方は、塩沢小学校を先頭が19:30にスタートし、最終が21:15のスタートです。それ以降のスタートはできません。

| km | 順路・見所 | 備考 | 最終参加者 通過予想時間 |
|----|--------------------------------|------------------|-----------------|
| 11 | 吉里 | | 21:30 |
| 12 | 隠寮橋(思川入口) | | 21:45 |
| | 思川集落開発センター | W.C 給水 | 22:00 |
| 13 | 北沢川橋付近(思川) | | 22:15 |
| 14 | 小栗山T字路手前 | | 22:30 |
| 15 | 南魚沼市民会館 チャレンジコースゴール | W.C 給水 抽選会 | 22:45 |



南魚沼市民会館スタート
チャレンジコースゴール地点
指定駐車場

通行止め区間
(18:00~19:30)
六日町小学校脇~
泉田橋(堤防道路)

早めの
点灯

懐中電灯を
点けましょう!
3kmを過ぎると徐々に
暗くなります。

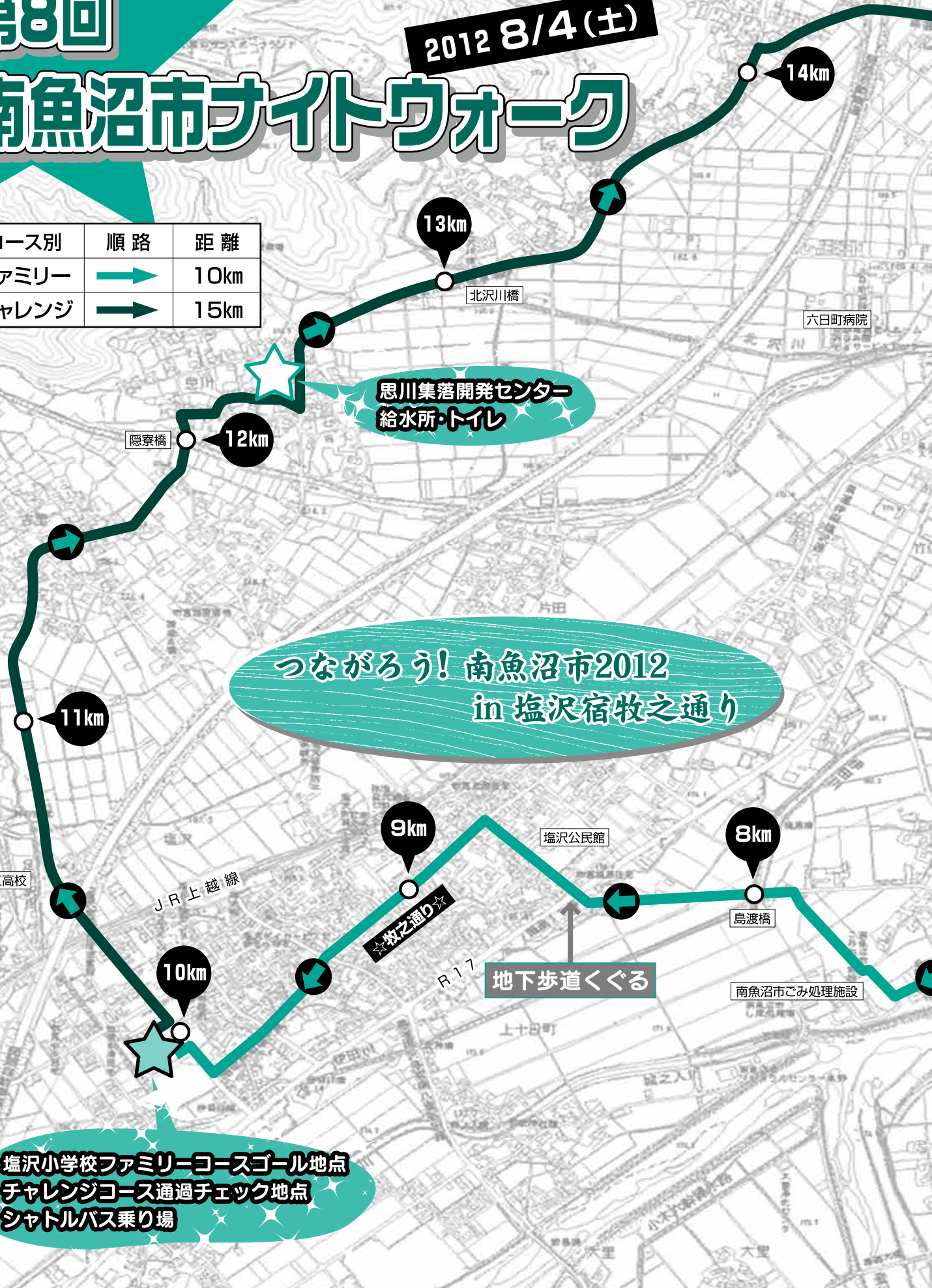
雲洞集落開発センター
給水所・トイレ

第8回

南魚沼市ナイトウォーク

2012 8/4 (土)

| コース別 | 順路 | 距離 |
|-------|---|------|
| ファミリー |  | 10km |
| チャレンジ |  | 15km |



つながろう! 南魚沼市2012
in 塩沢宿牧之通り

塩沢小学校ファミリーコースゴール地点
チャレンジコース通過チェック地点
シャトルバス乗り場

平成24年度

全国高校総体(インターハイ)いよいよ開幕!

【問合せ】インターハイ実行委員会事務局(社会教育課) ☎773-6630

7月29日には市内特設コースで自転車ロードレースが、8月10日からは大原運動公園テニスコートでテニス競技が開催されます。新潟県選手団へ熱い応援をよろしくお願いいたします。

今回は、自転車ロードレースについてお知らせします。

- 期 日 7月29日(日) 9:00スタート 12:00(予定)先頭集団フィニッシュ
- 会 場 六日町地区周回特設ロード・コース(1周15.4×8周 123.2)
平均時速は約40km、1周約23分で周回します。
スタート・フィニッシュ地点 ふれ愛支援センター前
- 参加選手 144人



新潟県選手の紹介



片桐善也(吉田高校3年) H24北信越大会2位
H23インターハイ9位



森山太一(吉田高校2年)
H24北信越大会17位



滝本 圭
(吉田高校2年)

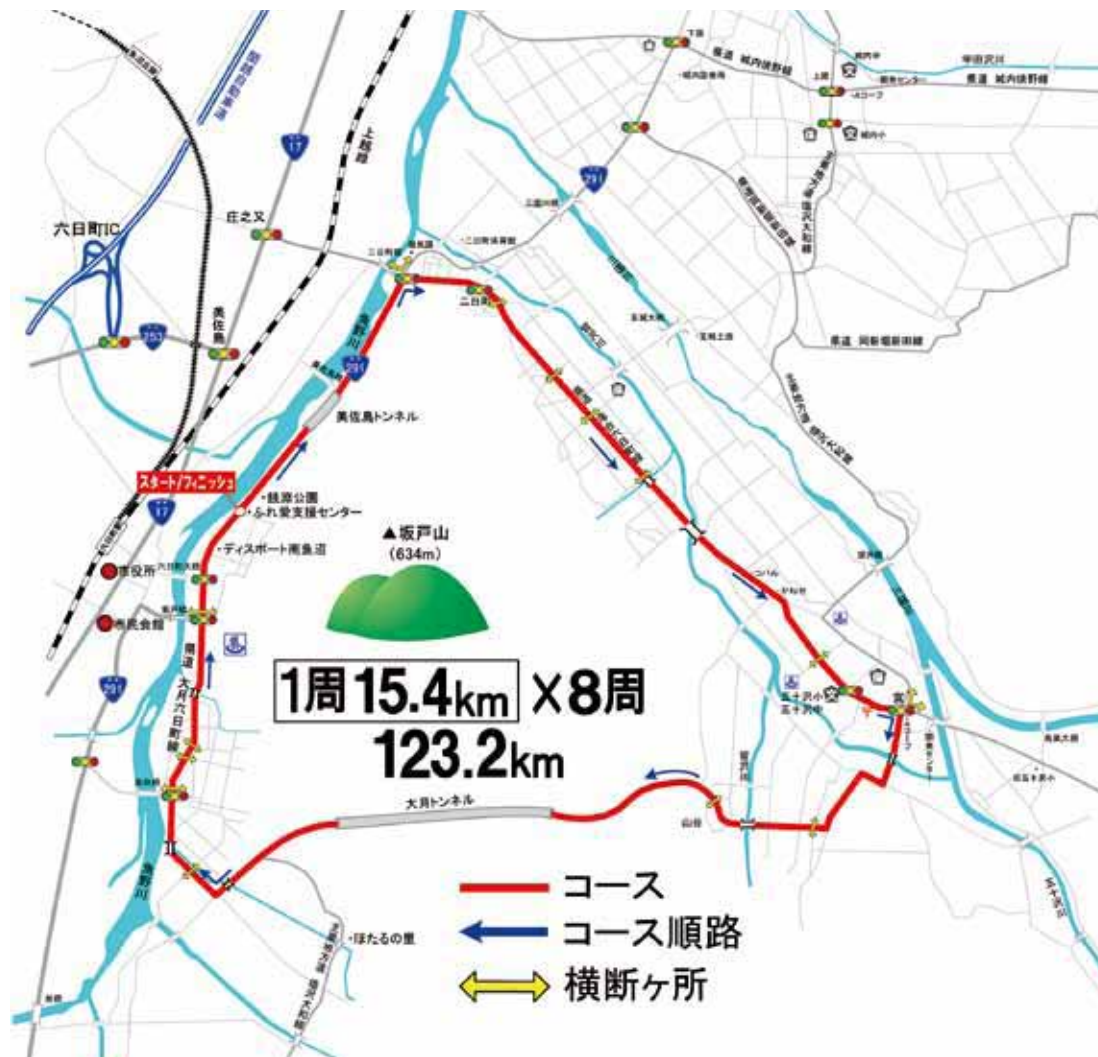


内藤雷太
(新潟県央工業高校1年)

- 交通規制 8:30~12:30(予定) 全面通行止め

当日、コースとなる道路は全面通行止めになります。道路横断は、指定場所のみ可能です。

なお、指定場所での横断は、最後尾の選手通過後となります。現地係員の指示にしたがってください。ご不便ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。



「いきいき市民
健康づくり計画」
中間評価結果(その①)

【問合せ】保健課

☎773-6811

平成23年度に行った「いきいき市民健康づくり計画」の中間評価結果をお知らせします。計画で設定した9つの領域のうち、今回は、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「タバコ」「アルコール」の4領域について、課題、今後の方向・取組みなどを説明します。

◆目標達成評価基準

- ・できている(75%以上達成)
- ・まあまあできている(50~75%)
- ・あまりできていない(25~50%)
- ・できていない(25%未満)

◇領域別目標達成状況

| | | |
|--------|----|-----------|
| 栄養・食生活 | 16 | 評価項目数 |
| 身体的活動 | 4 | できている |
| タバコ | 4 | まあまあできている |
| アルコール | 1 | あまりできていない |
| | 1 | できていない |
| | 2 | 評価不可項目数 |
| | 8 | |

◆目標値の変更

目標を達成した項目は、目標値を

上方修正し、さらに内容の充実を目指すことにしました。

◇タバコ

- ・喫煙者の減少(男性)
39↓25%(中間評価時30・3%)
- ・市管理公共施設の敷地・施設内禁煙対策の増加70%↓85%(同80%)

◇アルコール

- ・1日3合以上飲酒する人の減少
3%↓2%(同2.2%)

◇介護予防

- ・レインボー健康体操をしている人の増加
10%↓15%(同10・5%)

◇歯の健康

- ・歯間部清掃用具(デンタルフロス・歯間ブラシなど)使用の増加
40%↓60%(同55・2%)
- ・定期的な歯垢除去や歯面清掃を受ける人の増加
50%↓60%(同51・5%)

◆各領域のまとめ(その①)

●栄養・食生活

□課題

- ・生活習慣病のハイリスクである肥満予防のため、幼少期から食生活を通じて適正体重を維持する健康管理意識を高めることが必要です。
- ・欠食が食事全体のバランスを欠き、生活習慣病のリスクの要因になりやすいことから、特に若い世代への働きかけが必要です。

□今後の方向・取組み

「健康まちづくり食育推進計画(平成22年度策定)」に基づき、考えて

食べる習慣づくりを重点施策として推進します。

- ・園児・学童には各施設の食育活動と連携し、成人には毎日の食習慣から肥満、高血圧、糖尿病などのリスク低減につながる対策を推進します。

●身体活動・運動

□課題

- ・肥満解消のため健康を意識した運動の普及と健診結果との関連等、生活習慣病予防につながる効果の情報提供が必要です。
- ・運動習慣が増加の反面、意欲的に運動を心がける女性が減少している、継続した支援が必要です。

□今後の方向・取組み

メタボリックシンドロームの改善と筋力低下を防ぐ介護予防のため運動習慣のない人に運動の機会や場をつくり、個人や世代に合った楽しく実践できる運動を支援します。

●タバコ

□課題

- ・禁煙意識の高まりにより男性の喫煙者が減少し目標を達成しましたが、女性は微減にとどまっていることから、女性の健康や喫煙者の禁煙への取組み支援が必要です。
- ・市が管理する公共施設での禁煙・分煙対策の徹底が必要です。

□今後の方向・取組み

地域社会全体で禁煙に取り組む環境づくりを進め、COPD(※注)・

肺年齢など、タバコの健康への影響について普及啓発します。

●アルコール

□課題

- ・アルコールは、生活習慣病など身体的な問題、アルコール依存症、認知症、自殺との関連など精神保健福祉の問題、飲酒運転、暴力犯罪、虐待、DV加害など社会的な問題と深く関わります。飲酒には寛容な地域性があることから、アルコールに関する正しい知識の普及啓発が必要です。

□今後の方向・取組み

アルコールに関する正しい知識の普及啓発を継続的に行い、飲酒者へ身体に負担をかけない飲み方を提示します。

※注 COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは

別名「たばこ病」とも呼ばれる肺の病気。主に長年にわたる喫煙習慣が原因となるが、副流煙による受動喫煙で病気になる場合も少なくない。気道(気管支)や肺(肺胞)などに障害が生じ、しつこい咳や痰、息切れ等が主な症状。進行すると食事や着替えても息苦しくなる。全国患者数は40歳以上の8.5%にあたる530万人(推定)と多い。



**「筋力づくり教室」の介護
予防効果が実証されました**

【問合せ】保健課

☎ 77316811

現在、市内の約90か所で「筋力づくり教室」が開催されています。

この度、旧大和町で平成12年度から始まった筋力づくり教室が介護予防にどのような効果があったのかを明らかにすることを目的に高崎健康福祉大学大学院保健福祉学専攻（北里大学保健衛生専門学院保健看護科）駒形三和子先生との共同研究を行いました。

研究方法は、平成15年度に筋力づくり教室に参加されていた方と、平成23年10月現在で筋力づくり教室を実施していない集落の方にアンケート調査を行い、その後の健康状態を比較しました。

その結果「女性の筋力づくり教室参加が、要介護状態の予防に強い関連があった（図1）」さらに、「女性の筋力づくり教室参加が要介護状態になる年齢を引き上げている可能性がある（図2）」ことがわかりました。

- ・調査期間 2月21日～3月12日
- ・アンケート配布数 544通
- ・回収数 365通（回収率67・1%）

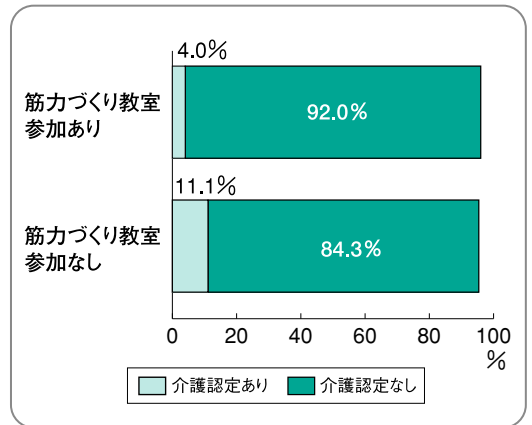


図1 要介護認定の有無の比較（女性）

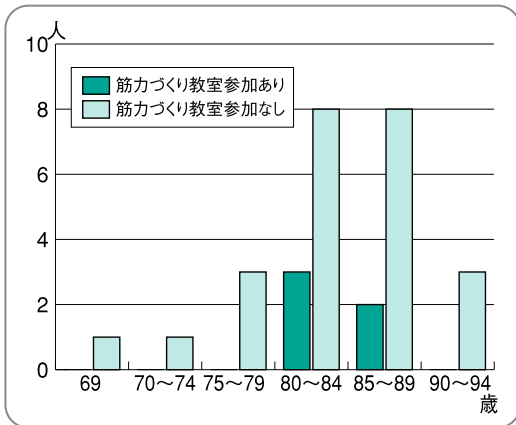


図2 要介護認定ありの年齢（女性）

◎アンケートにご協力いただいた
皆さまありがとうございました

この研究結果は、今年10月に開催される第71回日本公衆衛生学会総会で発表される予定です。また、今後さらに分析を進める予定です。

食育の風

夏



*楽しく学んで
仲良くつくり
おいしく食べよう
伝えたい南魚沼の恵み*

「JA夏休み子ども料理教室」の案内

～親子やお友達と料理体験～

JA魚沼みなみと市の保健課、学校給食センターでは、管内（六日町地域、大和地域）の小学校3・4年生を対象に、食事バランスを学び、旬の地元野菜を使った調理実習「JA夏休み子ども料理教室」を次の日程で開催します。

◆開催日／実習校（会場）

- 7月25日 五十沢小学校
- 7月26日 六日町小学校
- 7月27日 藪神・後山小学校
（浦佐小学校）
- 7月30日 城内小学校
- 7月31日 北辰小学校
- 8月1日 三用・赤石小学校
（赤石小学校）
- 8月2日 五日町・大巻小学校
（大巻小学校）
- 8月3日 浦佐小学校
- 8月6日 大崎小学校

◆カリキュラム

- (1) 食事バランスを学ぶ
ゲーム感覚で楽しく学習！
- (2) 調理実習
旬な地元野菜を使った料理を作ろう！



開催のねらい
～日本型食生活を伝えたい～

食の欧米化による食生活の変遷が加速し、穀類から肉・油脂類の摂取、国内農畜産物から輸入食品の増加など、ごはんを中心とした日本型食生活が衰退し、栄養バランスの偏りが進行しつつあります。

このような状況を踏まえ、JA魚沼みなみでは「食農教育プラン」を策定し、地域と家庭に根差した食農教育と農業振興に取り組んでいます。未来を担う子どもたちに理想の栄養バランスを伝え、旬のおいしい地元野菜に親しんでもらいたいと願っています。

【問合せ】JA魚沼みなみ生活課

☎ 77713770

大桃美代子さん講演会

「食の学習会」

開催のお知らせ

J A 魚沼みなみ女性部では、次世代の育成と仲間づくりを進め、地域の皆さんと日本の『食』と『農』を考える「食の学習会」を開催します。入場は無料です。

●日時 7月8日(日)

午前9時30分～

11時30分(9時開場)

●会場 コミュニティホール

さわらび

●演題

美力になれる食
郷土の食で美と健康を発信

*豊かな食文化の継承や発展、地産地消の推進など目指し、ともに考え、ともに行動しましょう。



【問合せ】J A 魚沼みなみ生活課

☎777-13770

熱中症を防ごう

【問合せ】保健課

☎773-16811

暑さが本番を迎えます。

暑さに慣れない時期に急に暑くなったり、暑い日が続くと毎年多くの方が熱中症で病院に運ばれたり、中には命を落とす方もいます。

職場・家庭・地域で注意しあって熱中症による健康被害を防ぎましょう。特に高齢者や小児には注意しましょう。

熱中症は暑い環境のもとで体内の水分と塩分のバランスが崩れ、体温調節ができなくなる状態です。暑い時期、機密性の高い場所や戸外で過ごす時は予防対策をきちんと行いましょう。

【予防】

◇日陰を味方に

外を歩くときは日陰を選び直射日光を避けましょう。室内ではすだれやカーテンで日差しを避け、エアコンや扇風機を利用し、風通しをよくする工夫をしましょう。

◇暑い時期は水分を

暑い時期は汗などで水分が失われやすくなります。外出前やのどが渇く前に小まめに水分を補給しましょう。普段の生活の中での水分補給は水やお茶で十分です。

炭酸飲料や味の濃い飲み物、スポーツ飲料の取り過ぎに注意しましょう。また、アルコールを飲むと尿量が増え、余計に体の水分を失うこととなりますので、水分補給のために飲むことはやめましょう。



◇服装に工夫を

汗がすぐ乾くような吸湿性と通気性に富み、緩めで肌を締め付けない服装にしましょう。外出の際には帽子や日傘を利用し、頭や首を冷やす保冷グッズも活用するとよいでしょう。

◇日頃から体調管理を

きちんと食事を摂らない、寝不足や疲れがあると熱中症になりやすくなります。生活リズムを整え十分な睡眠や休養を心がけましょう。また、体温調節機能を向上させるために、汗をかかない時期から適度な運動で汗をかく習慣をつけることも大切です。

【対応】

熱中症の症状は、めまい・立ちくらみ・ふくらはぎやお腹の筋肉のけいれんなどの初期症状から、意識のなくなる・言動がおかしい・手足が動かないなどの重症状まで様々です。症状に合った対応を急いで行いましょう。

★まずは風通しの良い涼しい場所に避難させましょう。

★仰向けに寝かせて脳に血液がいくように足を少し上げ、衣服を緩めぬれタオルなどで体を冷やしましょう。

★意識がはっきりして吐き気がなければ、少しずつ水分を与え様子を見ましょう。回復しない場合は医療機関受診が必要です。

★意識がない、自分で水分を取れない場合は、早急に医療機関への搬送が必要です。



県健康ウォーキング

ロードを活用しよう

保健課

☎ 773-6811

「ウォーキング」はいつでも、どこでも、ひとりでもできる身近で簡単な運動です。生活習慣病の予防対策や観光、環境保護、交流推進などの観点からもその重要性が評価されています。

県内には、県ウォーキング協会と県が、市町村から募集して選定したウォーキングコースが109あります。市内では塩沢地域2コース、六日町地域2コース、大和地域1コースの計5コースが登録されています。健康づくりに、身近なウォーキングコースを大いに活用してください。現在登録されているコースを簡単に紹介します。

「塩沢地域」

★**天地人上田の庄・登川ウォーキングロード**

自然豊かなリバーサイドコース。上りのコースでは、日本百名山の一つ巻機山の雄姿、金城山を間近に望める。距離・片道約3.5km、時間・片道約45分、コース概要・登川河川公園を起点に、沢口橋まで登川に沿って歩くコース。

★**ゆきぐに牧之通りまち歩きコース**

「越後上布」「塩沢紬」に代表される機織りや、雁木造りの景観を通して「北越雪譜」にある江戸時代からの雪国の暮らしぶりやおもむきを感じる事ができる。距離・約2.6km、時間・約35分、コース概要・鈴木牧之記念館↓長恩寺↓牧之通り↓雪の結晶タイル↓塩沢つむぎ記念館↓機屋小路↓鈴木牧之記念館

「六日町地域」

★**天地人坂戸城址・銭淵公園ウォーキングロード**

市民憩いの場として整備された自然豊かな公園内のコース。四季折々の景観の他、初夏は園内で蛍を満喫できる。距離・約1.2km、時間・約15分、コース概要・銭淵公園の歩行者専用道路を歩くコース。

★**六日町駅前通り・兼続地区まち歩きコース**

六日町駅周辺や兼続通りなどの兼続地区のウォーキングを通して、芸術や歴史を感じ、また南魚沼を代表する坂戸山や魚野川の自然を間近に感じることができる。距離・約3.5km、時間・約45分、コース概要・六日町駅・南魚沼市観光協会↓お六と桂姫の像↓六日町大橋↓直江兼続公伝世館↓戦国武将像↓六日町大橋↓お六の湯↓六日町駅・南魚沼市観光協会

「大和地域」

★**八色の森公園コース**

越後三山（八海山・越後駒ヶ岳・中ノ岳）を望み、魚野川と水無川の流れる緑豊かな八色原の一角に設けられた散策型公園。樹木、草花、広い空、ぶどう園、八海山と近辺の山々の景観、潤いの水辺を満喫できる。距離・約4km、時間・約50分、コース概要・八色の森公園の歩行者専用道路を歩くコース。

◎健康にいがた21のウェブサイトでは健康ウォーキングロード登録コースを紹介しています。
<http://www.kenko-nigata.com/21/>



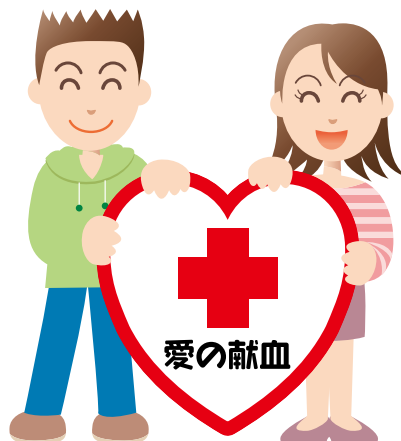
「7月1日～31日

愛の血液助け合い運動

実施中

保健課（献血担当）

☎ 773-6811



平成23年4月1日に採血基準が改正され、これまで18歳以上としていた400ミリリットルが男性に限り「17歳」からご協力いただけるようになりました。近年、10代、20代の若者の献血者数が大幅に減少しています。ぜひ、皆様のご協力をお願いします。

「7月の献血日程」

- 日時 7月23日（月）
午前9時30分～11時30分
- 会場 しおざわ農業協同組合（本所）
- 種別 全血

中学1年生の予防接種

【問合せ】保健課 ☎773-6811

麻しん風しん予防接種（3期）

3期の麻しん風しん予防接種は、**中学1年生が対象**です。

対象者には3月末に予診票兼接種券を郵送してあります。接種期限は、平成25年3月31日です。特に女子は、子宮頸がん予防ワクチン接種もありますので、まだ麻しん風しん予防接種（3期）を受けていない方は、早めに受けてください。

子宮頸がん予防ワクチン接種

市では子宮頸がん発症の予防を目的として、子宮頸がん予防ワクチン接種費用を全額負担しています。今年度も**中学1年生の女子が対象**です。

対象者には4月末に関係書類を郵送しましたのでご確認ください、接種を受けてください。

※麻しん風しん予防接種(3期)をまだ受けていない方は、麻しん風しん予防接種(3期)を優先してください。

ジフテリア破傷風二種混合予防接種

これは13歳の誕生日の前々日までに受けなければならない予防接種です。11歳の誕生月の翌月に予診票兼接種券を郵送してあります。13歳未満でまだお済みでない方は、忘れずに接種を受けてください。麻しん風しん予防接種がまだ済んでいない場合も、まずはジフテリア破傷風二種混合予防接種を受けましょう。



7月の城内診療所 診療担当医師(予定表)

外来診療受付

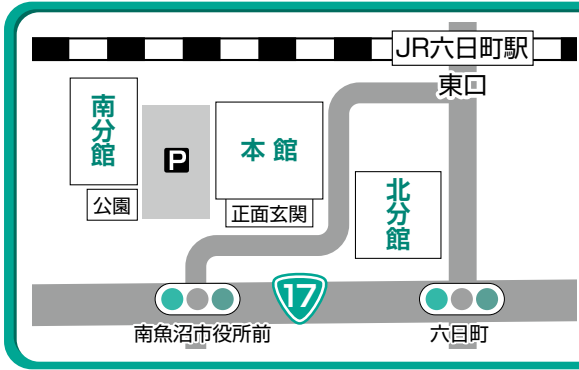
月曜～金曜 8:30～11:00、11:00～16:00 / 土曜 8:30～11:30

【お知らせ】6日(金)午前の外来は都合によりお休みです。 【問合せ】城内診療所 ☎775-2009

| 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 |
|-------------|-------|-------|----|--------------|----|-------|-------|-------|-------|-----|----|-----|
| 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | |
| 2日 | | 3日 | | 4日 | | 5日 | | 6日 | | 7日 | | 8日 |
| 福本 廣田 | 福本 | 福本 | 福本 | 福本 | 福本 | 福本 | 福本 | 休診 | 寺田 | 薄田 | 休診 | 休診 |
| 9日 | | 10日 | | 11日 | | 12日 | | 13日 | | 14日 | | 15日 |
| 高橋(聡) 廣田 | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 寺田 | 高橋(聡) | 中山 | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 福本 | 休診 | 休診 |
| 16日 | | 17日 | | 18日 | | 19日 | | 20日 | | 21日 | | 22日 |
| 休診 (海の日) | | 福本 | 福本 | 休診 (住民健診) | | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 寺田 | 堀内 | 休診 | 休診 |
| 23日 | | 24日 | | 25日 | | 26日 | | 27日 | | 28日 | | 29日 |
| 高橋(聡) 廣田 | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 寺田 | 高橋(聡) | 中山 | 風間 | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 寺田 | 福本 | 休診 | 休診 |
| 30日 | | 31日 | | | | | | | | | | |
| 高橋(聡) 廣田 | 高橋(聡) | 高橋(聡) | 寺田 | | | | | | | | | |

掲示板

市などからのお知らせ



- 問 問合せ
- 申 申込み
- 日 日時
- 期 期間
- 対 対象
- 定 定員
- メ 締切り
- 他 その他
- 本 本庁舎(本館)
- 塩 塩沢庁舎
- 大 大和庁舎
- 南 南分館
- 北 北分館
- 内 内容
- 費 費用
- 講 講師
- 会 会場
- 時 時間
- E Eメール
- F FAX

認知症サポーター養成講座

問 申
大和地域包括支援センター
777-31111
六日町地域包括支援センター
773-6675
塩沢地域包括支援センター
782-0252

認知症サポーター(オレンジマイトといひます)とは、認知症について正しく理解し、自分でできる範囲で認知症の人やその家族を見守り、支援する人のことです。

養成講座を開催しますの
で、電話で申し込みください。
7月20日(金)
午前9時30分~11時
塩沢公民館2階研修室

内 認知症の基礎知識
・認知症の人への対応、家族支援、サポーターとしてできること
7月18日(水)

介護者交流の場「ひなげし」

問 申
大和地域包括支援センター
777-31111
六日町地域包括支援センター
773-6675
塩沢地域包括支援センター
782-0252

日ごろ、困っていることや聞いてみたいことはありませんか。介護者同士で話をしたり、介護のヒントも得られる場です。お気軽にご参加ください。

日 会
大和地域 7月19日(木)
午前10時から12時
大和公民館

六日町地域 7月11日(水)
午前10時から12時
本庁舎南分館1階

塩沢地域 7月10日(火)
午前10時から12時
塩沢老人福祉センター

内 講話と座談会
「心身ともに健康でいられるために、ストレスをためない工夫について」

講 南魚沼保健所
精神保健福祉相談員
座談会アドバイザー
認知症の人と家族の会
横山ミキ様

無 料
送迎バスを用意します。送迎を希望される方は参加申し込みの際にお伝えください。
各地区開催日の1週間前

新 潟 県 お も い や り 駐 車 場 制 度 利 用 証 の 交 付 申 請 随 時 受 付 中
問 福祉課 障がい福祉係
773-6667

おもいやり駐車場制度とは、ショッピングセンターなどの障がい者用の駐車スペースを歩行が困難な方が利用しやすいするための制度です。



このステッカーが貼ってある
駐車場でご利用ください。

対象者

障がい者・高齢者・妊産婦の方など、歩行が困難、または歩行に配慮が必要な方(詳細は、お問い合わせください)

申請に必要なもの

- ・障害者手帳
- ・母子手帳
- ・介護保険被保険者証
- ・特定疾患受給者証
- ・その他が人、病気等の方(指定の診断書で歩行困難がわかる方)

申請窓口

- ・市福祉課と各市民センター
- ・地域振興局(地域福祉課)

民生委員・児童委員の変更

問 福祉課 高齢福祉係
773-6667

【大和地域】

担 当 区 域 天王町、浅地町

前 任 者 関 正三

後 任 者 関 かな子(浦佐 3657-157)

任 期 平成24年6月1日~
平成25年11月30日

問 建 設 課 建 設 係
773-6674

「魚野川河川美化運動」参加者募集

問 建 設 課 建 設 係
773-6674

ふれあい魚野川プロジェクト推進協議会は、10月までの毎月第4土曜日の午前6時から1時間程度、六日町大橋付近の河川敷で草刈り、花壇の草取り、ごみ拾いなどの作業をしています。皆さまの参加をお待ちしています。

注意事項

傷害保険等の加入はありません。個人責任で参加ください。

7月の活動

日 7月28日(土)午前6時~
集 合 場 所 六日町大橋の下(坂戸側)



**うおぬま地方の健康調査
魚沼コホート研究が
始まりました**

問 医療対策室
77316706

うおぬま地方の健康調査（魚沼コホート研究）で5月22日の市民会館での健診から、試料（血液・尿）提供に対するの同意を取り始めました。

この健康調査により健康で長生きするためには、どうしたら良いかを調べ、市民の健康づくりを推進していきます。

なお、血液と尿の提供をいただいた方には、新潟大学が尿中ナトリウム濃度などを無料で検査します。通常の健診より詳しい情報が分かるので、健康づくりに活用ができます。当然ながらプライバシーを厳重に守って実施がされています。自由な意思のもとに同意をいただいていますので、積極的に事業への協力をお願いします。

**議会のラジオ放送の日程
6月の定例議会（一般質問）**

問 議会事務局
77316650

「FMゆきぐに」で、6月市議会定例会の一般質問を放送します。放送日程や質問内容などの詳細は、市の公式ウェブサイトに掲載中です。

●放送予定議員（50音順、敬称略、7月9日から放送予定）

- | | |
|--------|-------|
| 井上 智明 | 今井 久美 |
| 岩野 松 | 牛木 芳雄 |
| 岡村 雅夫 | 小澤 実 |
| 笠原 喜一郎 | 黒滝 松男 |
| 桑原 圭美 | 腰越 晃 |
| 佐藤 剛 | 塩谷 寿雄 |
| 鈴木 一 | 関 昭夫 |
| 関 常幸 | 寺口 友彦 |
| 中沢 一博 | 中沢 俊一 |
| 林 茂男 | 樋口 和人 |
| 牧野 晶 | 山田 勝 |
| 若井 達男 | |

水道メーターを交換します

問 水道課 水道業務係
77413141

水道の計量器（メーター）には、計量法により「検定有効期間」が定められています。市では、検定有効期間が満了となるメーターの交換作業を行っています。交換作業は、市が委託した業者が行い、作

業後にメーター交換のお知らせハガキをお渡しします。

作業時のお願い

・交換作業のため、敷地内に入らせていただきます。業者が声をおかけします。

・留守の場合でも作業を行います。

・作業時間は5分から15分ですが、その間は水が使えません。

・メーターボックスの上に物や車を置いたり、近くに犬をつないだりしないでください。

費用 無料

●取替期間 7月から9月までの各月1日から10日頃

●交換対象 検定有効期限が平成25年12月までの水道メーターです。メーターの蓋の裏に有効期限のシールが貼ってあります。

※取替後には、にがり水や空気が出ることがありますが、水を出せば回復します。

水道料金福祉減免制度

問 水道課 水道業務係
77413141

住民福祉の向上に貢献するために水道料金福祉減免制度を創設します。

減免対象となる契約者

・市県民税非課税世帯で、市内に住所があり、高齢者（申請

時における年齢が満65歳以上の方）のみで生活している世帯。ただし、世帯員すべてが長期入院もしくは施設入所している世帯、および生活保護世帯の方は該当しません。

減免の額

毎月の基本料金が2,415円から1,155円に減額になります。ただし、旧簡易水道をご利用の場合は、基本料金が2,205円から1,050円になります。

申請受付期間

7月2日より7月31日まで

受付分を審査し、減免対象となる方は10月請求分から実施します。その後も月末締めで順次実施します。

申請受付窓口

・畔地浄水場水道課および本庁舎市民課、塩沢・大和市民センターの窓口

申請方法

受付窓口にある申請書に必要事項を記入し、世帯全員分の24年度課税証明書を添付して提出ください。課税証明書は、本庁舎税務課、塩沢・大和市民センター窓口で有料発行します。※委任状の提出により代理申請もできます。

**大和地域交通安全
市民大会**

問 環境交通課 環境交通班
77316666

この大会は、旧大和町が昭和39年7月10日に「交通安全町」を宣言したことを記念して、毎年7月10日に開催しています。警察による交通安全講話や優良運転者表彰などを行います。交通関係者が参加するほか、一般の方も参加可能です。（事前申込み不要）交通安全の大切さを再確認するため、ぜひご参加ください。

日 7月10日（火）午前10時～
会 大和庁舎3階大会議室

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

問 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 医薬予防課
77218142

薬物乱用防止運動を実施中です。麻薬や覚せい剤などの薬物の乱用は、使った人の心も体もボロボロに破壊してしまいます。これを機会に薬物乱用の恐ろしさについて、あらためて考えてみてください。そして、薬物乱用のない社会を目指していきましょう。随時、啓発ビデオの貸し出し、啓発資料の提供を行っていますのでご利用ください。

運動期間 7月19日（木）まで

第5回南魚沼市

「ライブライブライブ」
フェスティバル2012
出場者・出店者募集

問 申 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))
773-2111
773-2035
ec-inoue@sekidenki.jp

音楽・舞踊など幅広いジャンルで活動されている皆さま、地域・年齢・ジャンル・個人・団体は問いません。歌、バンド演奏、ダンス、ものまねなど、15組の出場者を募集します。あわせて飲食、物販、フリーマーケットなど、30店の出店者も募集します。

日 9月9日(日) 午前11時開演 午後7時終演予定

会 八色の森公園野外ステージ
メ 8月24日(金)
¥ 参加運営協力金

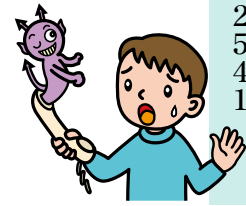
○ 出場者・出場グループ 3,000円(学生グループの場合1,500円)
○ 出店者 1,500円



消費生活センター

問 申 消費生活センター
「ふれ愛支援センター」内
772-2541

消費生活センターでは、多重債務も含め、消費者の皆さんの相談をお受けしております。身近な相談窓口としてお気軽にご利用下さい。



● 弁護士による南魚沼市『消費生活』無料法律相談

マルチ商法や資格商法、多重債務などお金にまつわる消費者トラブルでお悩みの方に弁護士による無料法律相談を毎月行っています。相談時間は1件約30分。ご希望の方は前日正午までに電話での予約をお願いします。※皆さんが弁護士による相談時間を有効に使えるよう、申込み時に相談の概要を窓口の相談員が伺います。

日 7月26日(木) 午後1時30分～4時
会 ふれ愛支援センター相談室

中高生の

保育園ふれあい体験

問 子育て支援課保育班
773-6822

夏休みに保育園でふれあい体験をしてみませんか?
日 8月1日(水)～28日(火)
※8月14日(火)～16日(木)お盆休園期間のため受け入れしません。

● 場所 市内の市営保育園18施設(保育園によって受入期間や受入人数が異なります)
※赤石保育園・西五十沢保育園は改修工事の為今年は受け入れできません。

内 子どもたちと一緒に遊ぶ(自由遊び、プール、水遊び等)
申 希望する市営保育園へ申込み用紙を提出。
用紙は市内中学校、近隣の高校、各市営保育園、子育て支援課(本庁)、塩沢市民センター、大和市民センターに用意してあります。

メ 7月20日(金)

心豊かな子育て教室

問 子ども・若者育成支援センター
773-6611

子育てのわ(輪・和・話)を

ひろげよう! 気楽に参加してみてね。

塩沢地域「そだち学級」

日 7月7日(土) 午前10時～11時30分

※受付は午前9時30分

会 塩沢公民館

内 楽しいなばた

日 六日町地区「そだち学級」
7月7日(土) 午前10時～11時30分

※受付は午前9時30分

会 ふれ愛支援センター(サライズ南魚沼)

内 七夕飾りを作ろう&手形でポン!

大巻地区「そだち学級」
7月14日(土) 午前10時～11時20分

※受付は午前9時45分

会 大巻地域開発センター

内 ボールであそぼう

日 五十沢地区「そだち学級」
7月28日(土) 午前10時～11時30分

※受付は午前9時30分

会 宮保育園

内 わいわい水遊び!
・持ち物 タオル、着替え ※ぬれても良い服装で

共通事項

対 0～3歳の乳幼児とその保護者など(おじいちゃん、おばあちゃんもぜひどうぞ)

¥ 無料(保険料として一人につき10円の負担をお願いします)

申 不要です。直接会場にお越しください。お住まいと違う地区へも参加できます。

※必要な方は、水分補給できるように水筒などをご用意ください。

ゆかた着付け講座

問 申 塩沢公民館
782-0100

夏祭りや花火大会、自分で着付けをして出掛けませんか。

日 7月9日(月) 午後7時～9時

会 塩沢公民館(和室)

対 市内在住の女性(学生の方は要相談)

¥ 500円(当日集金)

講 陸川直美さん 高橋信子さん

● 持ち物 ゆかた、半幅帯、伊達締め、腰ひも1～2本、肌着(キャミソールとスパッツでも可)、衿先ベルト(持っている方のみ)、補正用小物(タオルでも可)

定 10人



若者のための「しごと」相談所「ジョブカフェ南魚沼」開催

問 申 ジョブカフェ長岡
0258-13816181

ジョブカフェとは、若者の能力向上と就職促進を図るため、若者が雇用関連サービスを1か所ですべて受けられるようにしたワンストップサービスセンターです。ひとりでも多くの若者が自分の将来を見出し、就職できるように全面的に支援しています。進路・就職に関するさまざまな疑問や質問にスタッフが親切に対応します。完全予約制、相談無料です。

●開催日 7月20日(金)
8月17日(金) 9月21日(金)
●時間 午前10時～午後4時
(相談は一人50分です)
●会場 中央公民館(市民会館内)2階会議室
●相談担当者 ジョブカフェながおか在籍キャリア・カウンセラー

●対象 現在正規の職に就いていないおおよそ39歳くらいまでの方
●相談内容 仕事の探し方、求人票の読み方、応募書類の書き方、面接対策など
●お願い 予約制です。前日までに相談希望者が2人以上の場合、開催します。

うおぬま サイクルキッズ②

問 申 NPO法人野外教育学修センター魚沼伝習館
0251-79317320

サイクルキッズ2回目は短めのサイクリングと自転車のメンテナンスにも挑戦するぞ！
7月22日(日)
午前9時～午後4時
(8時30分受付開始)

会 浦佐 八色の森公園
対 小学3年生～中学3年生
¥ 1,000円(活動費・保険料含む)

●持ち物 おにぎり・動きやすい服装・タオル・飲み物・車手・帽子・お椀・お皿・スプーン・フォーク・自転車(レンタル要相談)
定 20人
7月18日(水)

毎月勤労統計調査特別調査の実施

問 県総務管理課統計課
生活統計班
0251-28515511

厚生労働省では、7月末現在で常用労働者を1～4人雇用する事業所(農林漁業・一般公務を除く)を対象に、賃金や労働時間、労働者数の動

向を調べる毎月勤労統計調査特別調査を行います。調査データは統計を作るためのみに使用します。県知事が任命した統計調査員が対象事業所を訪問しますので、ご回答に協力ください。

●調査期間 7月下旬から8月末日
●対象地域 浦佐、六日町、西泉田、東泉田

上級救命講習会開催

問 申 消防大和分署
779-4600

大切な人が目の前で倒れたらあなたならどうしますか。症状の悪化を防いだり、軽減するような応急手当を学びませんか。「心肺蘇生法」や「AEDの取扱い」のほか、けがの手当、搬送法などの実技を中心にした講習会です。どなたでもお気軽にご参加ください。

日 7月15日(日)

午前9時～午後6時
(8時間講習、昼休憩1時間)
受付8時45分より
会 消防大和分署
定 24人
無料

他 ●修了証を交付します。
●昼食は各自用意ください。

**夜間走行試験を実施
「新幹線のシステム更新」**

問 東日本旅客鉄道(株)
新潟支社総務部企画室
0251-24815104

沿線にお住いの皆さまには、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。

《試験列車の走行日程および予備日》

| 走行日時 | 区間 | 予備日 |
|----------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 7月8日(日) 1:00～3:40 | 高崎駅～新潟新幹線 車両基地 (下り列車1本) | 9月30日(日) 10月14日(日) |
| 7月9日(月) 1:00～3:40 | 大宮駅～新潟新幹線 車両基地 (上下に各1本) | 7月27日(金) 8月24日(金) 8月28日(火) |

自動交付機の停止

問 市民課市民係
77316661

住民基本台帳法改正に伴うシステム改修のため、自動交付機のサービスを停止します。停止期間中は自動交付機からの各証明書は取得できません。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

●停止期間

7月8日(日)から
7月12日(木)まで終日

●場所 本庁舎、大和庁舎、塩沢庁舎
停止期間中の各証明書は市民課および各市民センターで交付します。暗証番号登録をしているご本人が印鑑登録証兼市民カードと運転免許証などの本人確認書類をお持ちのうえ、窓口で申請してください。その際に、自動交付機からの交付を希望することをお伝えください。自動交付機と同じ手数料で交付します。

●窓口営業時間

午前8時30分から午後5時15分(日曜日を除く)

**乳幼児親子おはなしの会
「えほんであそぼ」
ハンカチで
何ができるかな!**

問 中央公民館
77316610

日 7月13日(金)
午前10時～11時30分
会 大和公民館
内 手袋人形、まんまるちゃん、絵本、パネルシアター、手遊び、歌など
対 0～3歳児と保護者
無料(予約不要)

大和地区市民ゴルフ大会
参加者募集中

問 申
【大会事務局】大和観光協会
7777-3054
7777-3721

日 8月7日(火) 午前7時
25分スタートを予定

会 越後ゴルフ倶楽部

● 参加費 一人4,000円
(プレー代別)

● 参加資格 市民または市内に勤務されている方など

● 参加申込 7月20日(金)まで

24年度国民健康保険
税率は据え置きです

問 税務課 市民税係
773-6668

税率は23年度と同じです

24年度の国民健康保険税の税率は、23年度国保会計の決算見込みにおいて、療養の給付費が当初の見込み額を下回り、繰越金などが出るが見込まれ、23年度の税率を据え置くことになりました。これからも、国保税の納税や、医療費の適正化の取り組みにご協力ください。

一日前プロジェクト
(災害に備えて)

問 総務課(防災庶務班)
773-6660

こっぴつ時に

避難させてええんかどうか

「難しい自治会長の立場」土砂に流されて亡くなった方の中には、家の中にずっとおれば、被害にあつてないかもしれない方がいるんですよ。自治会の相談役ともいろいろ話したんですが、こういう災害が起きる時に、避難させてええんかどうかの判断は難しいなと思うんです。自治会長か

ら避難してくださいとか言うルールを作る訳にもいかんし、なかなか結論は出んのです。

避難場所もルートも決まっています。そのルートというのが、坂道で水がドロー流れて、石もたくさん流れるところなんです。

そこから避難所まで避難する間に、石が当たって倒れる可能性はあるものですが、このあたりの判断をちょっと勉強せないかんと思ったり、通報があつても個人の判断に頼るしかないかなと思ったりするんです。

(呉市60代男性)

越後国域確定1300年遺跡
ウォーキング

「国史跡坂戸城跡と直江兼続のふるさとを巡る」
参加者募集

問 県教育庁文化行政課
埋蔵文化財係
025-280-5620

六日町駅から坂戸山に登り、遺跡と自然の魅力に触れてみませんか。

日 7月7日(土) 午前9時

コース 六日町駅→銭淵公園→坂戸山(山頂で昼食)→発掘調査現場→六日町駅

● 所要時間 約6時間15分

対 一般および親子

● 無料(昼食持参)

主催 県教育委員会
市教育委員会

申 JR東日本「駅からハイキング事務局」

☎ 03-5719-3777
<http://www.jreast.co.jp/hiking/>

※申込の際は「コース番号は11222」と告げてください。

ご厚意に感謝します

六日町芸能連盟様から10万円のご寄付を頂きました。ご芳志に沿うように大切に使用させていただきます。

南魚沼市の木喰仏(三)

社会教育課 文化振興係
777-4671

今秋、10月5日(金)から11月5日(月)まで、池田記念美術館で市内に伝わる木喰仏を集めた特別展「南魚沼市の木喰り癒しのほほえみ」を開催します。

今回は展示予定作品の中から二体を紹介します。

○市指定文化財
明見(妙見)菩薩像

文化二年(一八〇五)九月十六日の作で、一本の木を四つに割って彫刻したといわれています。妙見菩薩は北極星・北斗星が神格化されたものです。材質はイチヨウの木で一木造り、頭に宝冠を戴き、胸元に置かれた左手の手のひらに宝珠をのせています。背円光には朱が塗られ、額には白毫が描かれ、眉と頬は高く、ふっくらとした丸顔で穏やかな表情をしています。唇が含み笑いをしているような感じが、全体につましい印象を与えています。

総高三八cm。
所蔵者 塩沢 中島成夫

指定年月日 平成四年四月一日



○市指定文化財
神変大菩薩立像

木喰上人は吉里の十王堂の二体を制作後、文化二年(一八〇五)九月十日にこの像を刻んでいます。一木造りで、材質は不明、長い年月、護摩行の行われた本堂に安置されていたため、像全体が艶やかな黒色に煤けていますが、かえって迫力ある印象を与えています。神変大菩薩は、役小角、また役行者ともいわれる古代の山岳修行者で、修験道の祖、仏教に通じ、祈祷・呪術などをよくしました。

総高八九cm。
所蔵者 正光寺

指定年月日 平成四年四月一日



苧麻(ちょま)の焼畑を実施



6月14日(木)、栃窪で越後上布の原料となる苧麻の焼畑とネット張り作業が行われました。今年も栃窪小学校の児童12人がこの作業の手伝いに来てくれました。畑にカヤを敷き、火をつけます。火が消えたら肥料をまいて、ネットを張り、終了です。児童たちは、熱い中、越後上布技術保存協会の皆さんと手際よく作業をしていました。

「人権の大切さ」を呼びかけました



6月14日(木)、大和中学校で「1日人権擁護委員」に委嘱された生徒10人が、人権擁護委員や市長などと人権の大切さの呼びかけを行いました。

関東管区警察局長・関東交通安全協会 連合会長連名表彰を受章

中條辰男さん(大和町1丁目)交通指導員



5月18日(金)、さいたま市で多年にわたり交通安全活動に尽力し、功績のあった方に対し表彰が行われました。

中條辰男さんは教員を退職後、(財)南魚沼交通安全協会事務局長に就任しました。退任後は市交通指導員となり、六日町小学校の通学路で街頭指導を続けるなど、地域の交通安全活動に貢献されています。

第3回グルメマラソン開催

6月10日(日)、浦佐の「八色の森公園」をメイン会場に、第3回南魚沼グルメマラソンが開催され、全国から約3300人が参加しました。9時30分にハーフマラソンがスタート。時おり降る雨の中、元気な走りを見せてくれました。走った後は「グルメ村」で、南魚沼の美味しいものをたくさん食べ、今年も震災復興支援を願い、『春よ、来い』を大合唱しました。



高齢者叙勲「旭日単光章」を受章

小野塚康二さん(中之島)元塩沢町議会議員

高齢者叙勲は国家または公共のために功労のあった方のうち、88歳になられた方に授与されるものです。

小野塚康二さんは、昭和44年4月に塩沢町議会議員に初当選して以来、3期12年にわたり務められ、地方自治の推進に寄与されました。



7 Calendar 月のカレンダー

| 日にち | 行事名・時間・会場など |
|-----|--|
| 3日 | 市政懇談会 19:30～ 南魚沼市役所本庁舎2階大会議室 |
| 7日 | 越後国域確定1300年記念事業 第2回遺跡ウォーキング「国史跡坂戸城跡と直江兼統のふるさとを巡る」 六日町駅 9:00～(事前申し込みが必要) |
| | 塩沢地域「そだち学級」 10:00～11:30 塩沢公民館 |
| | 六日町地区「そだち学級」 10:00～11:30 ふれ愛支援センター |
| 13日 | 乳幼児親子おはなしの会「えほんであそぼ」 10:00～11:30 大和公民館 |
| 14日 | 大巻地区「そだち学級」 10:00～11:20 大巻地域開発センター |
| 15日 | 猫の譲渡会(魚沼アニマルサポート) 10:00～12:00 イオン六日町店 |
| 21日 | 読書のつどい 14:00～15:30 南魚沼市図書館 |
| 25日 | 第7回農業委員会総会 14:00～ 大和庁舎3階旧議場 |
| 28日 | 五十沢地区「そだち学級」 10:00～11:30 宮保育園 |
| 31日 | 固定資産税・都市計画税2期、国民健康保険税2期の納期限日 |

ほのぼのの広場 「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。

【問合せ】子育て支援センター ☎773-6822

■時間 9:30～15:30
「ほのぼのの広場」は、各地区★印の会場で開催します。

★大和会場：大和庁舎（3F）
毎週 月・火・木曜日

●7月12日(木) 10:30～
支援講座「1、2歳児の食事と量」講師：栄養士

★六日町会場：ふれ愛支援センター（2F）
毎週 月～土曜日

●7月18日(水) 10:30～
支援講座「1、2歳児の食事と量」講師：栄養士

★塩沢会場：塩沢庁舎（北棟2F）
毎週 火・水・金曜日

●7月11日(水) 10:30～
支援講座「1、2歳児の食事と量」講師：栄養士

※どの会場にも参加できます。※予約は不要です。
※保険料として1人10円をお願いします。

| | |
|-------------------|---------------------------------|
| 行政 困りごと 相談日 | 7月 9日(月) 13:30～16:00 働く婦人の家〔浦佐〕 |
| | 7月18日(水) 14:00～16:00 本庁舎 |
| | 8月 3日(金) 13:00～16:00 塩沢老人福祉センター |

【問合せ】総務課 防災庶務班 ☎773-6660

| | |
|---------------|---|
| 市民の動き | ●人口 60,228人(先月比 -34) |
| (平成24年5月末日現在) | ●男 29,576人(先月比 -13) ●女 30,652人(先月比 -21) |
| | ●世帯数 19,159戸(先月比 -6) |

救急医療当番

ウェブサイト版 南魚沼市 救急医療 検索

7月1日～16日 ●問合せ/医療対策室 ☎773-6706

| 日にち | 診療科 | 受付時間 | 医療機関 | 電話番号 |
|-----------|-----|--------------|---------|----------|
| 1日(日) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | 外科 | 13:30～16:00 | | |
| 7日(土) | 内科 | 13:30～16:00 | 中山医院 | 783-5500 |
| | 外科 | 18:00～翌朝6:00 | | |
| 8日(日) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | 外科 | 13:30～16:00 | | |
| 14日(土) | 内科 | 13:30～16:00 | 中之島診療所 | 782-0130 |
| | 外科 | 18:00～翌朝6:00 | | |
| 15日(日) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | 外科 | 13:30～16:00 | | |
| 16日(祝日/月) | 内科 | 9:00～12:00 | 休日救急診療所 | 773-6688 |
| | 外科 | 13:30～16:00 | | |

◎休日救急診療所の所在地 周辺地図

市役所本庁舎南分館 (旧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12:00～翌朝6:00と日曜・祝日の6:00～翌朝6:00は、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、週の当番を確認できます。(変更する場合があります。確認してからご利用ください。)

◎医療機関の適切な利用にご協力をお願いします
通常の外来診療時間は検査技師・薬剤師などのスタッフも揃っているため、夜間より適切な治療が行えます。できるだけ通常の診療時間内に受診しましょう。また、「かかりつけ医」を持ちましょう。かかりつけ医を持つと継続して日常的な医療アドバイスを受けることができます。手術などで総合病院の受診が必要になっても紹介状によりスムーズに受診できます。

苧麻(ちよま)の焼畑に行ってきた。この苧麻から糸を作り、いくつもの工程を経て、「越後上布」が生まれます。焼畑から始めて「反物になるまでものすごく手間のかかる作業ばかりです。北越雪譜には『越後縮は雪と人と気力相半ばして名産の名あり』というくだりがあります。ものづくりは、人の手間や気持ちが入っていないと、本物は生まれてこないのです。手間を惜しまないことが、いいものを作るためには大切なことだと思います。

また暑い夏がやってきます。憧れの逸品「夏塩沢」に袖を通し、涼しい顔で牧之通りを歩いてみたいものです。

編集後記
秘書 広報室 から

市報に掲載する人名は、差し支えない限り、常用漢字表の適用字体を用いています。この広報紙は資源保護のため、再生紙を使用しています。