

## 「第11回南魚沼市ナイトウォークin浦佐」

～笑顔で仲よくゴールをめざして～



### おもな内容

- 市長の一言日記 …………… 3
- 各課からのお知らせ…………… 4
- まなびのひろば …………… 10
- けんこうひろば …………… 16
- 掲示板 …………… 19
- ニュースプラザ …………… 25



〒949-6372 南魚沼市石打2-1 ☎783-2022/FAX 778-3024

◆ 全校児童数 94人 ◆ 職員数 12人 (7月1日現在)

## 教育目標 **かしこく やさしく たくましく**

重点目標 **進んで学び合い 助け合い やりぬく子**

めざす学校の姿は、「えがお かがやく 上関小学校」。  
学校が、子どもたちにとって

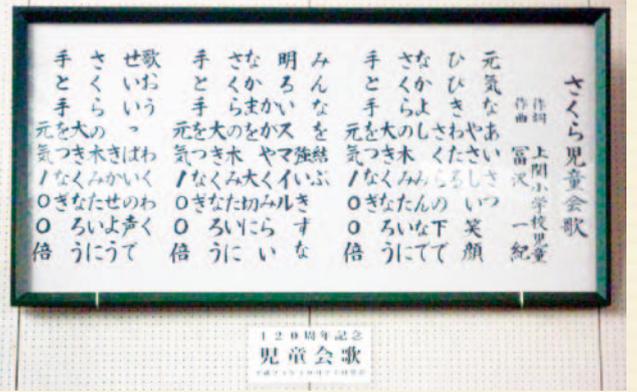
**う**きうきと楽しく過ごせる場

**わ**くわくしながら学べる場

何ごとにも**せ**い いっぱいの力で挑戦できる場

一人ひとりが**き**らきらと輝ける場

### 創立120周年作成



であることを願いながら、下記の3つの柱を掲げてさまざまな教育活動を進めています。

そして、「地域とともに歩む学校づくり」を教職員の合い言葉に、学校と家庭、地域が一体となって子どもたちを育てていく学校をめざしています。

### 【学力の向上】

学ぶ楽しさ、分かる喜びを実感し、進んで学ぶ子どもを育てます。



自分の考えを  
みんなに知ってもらう  
ことって楽しいよ。

「日々の学習」では、進んで手をあげて自分の考えを発表します。

### 【豊かな心の育成】

互いのよさを認め合い、優しい接し方のできる子どもを育てます。



縄が床に着いたら、  
すぐに入るんだよ。

「大縄跳び大会」は、年に2回異学年編制による「なかよし班」で記録に挑戦します。

### 【健康や体力づくり】

めあてをもってあきらめずに最後まで取り組み、運動を楽しみながら体力を向上させる子どもを育てます。



みんなとはげまし  
合って、自己ベストを  
出したいね。

シーズン当初、肌寒い中での「水泳練習」でも、自己ベストの更新をめざしてがんばって泳ぎました。

### 特色ある教育活動

#### さくらまつり

今年も晴天に恵まれ、校庭の桜に見守られながら行いました。石打小唄を踊ったり、お花見昼食をしたりと、親子で楽しみました。



#### USSV(㊟わせき・㊠クール・㊡ポート・㊢ランティア)

授業やクラブ活動などに、たくさんのボランティアから協力してもらいながら、一緒に楽しく活動しています。



教えてもらった  
とおりにやってみたら、  
うまく打てたよ。

#### 校内スキー大会

関係者の協力を得ながら、毎年、全校児童がアルペンの大回転競技に挑戦します。午後には、クロスカントリースキー競技も行います。



ポールは難しい  
けど、うまく通れると  
楽しいよ。

# 市長の一言 日記

「心にゆとりとユーモアを」  
基幹病院開院3か月を経て

残暑お見舞い申し上げます。本当は暑かった夏も、お盆も過ぎたところからややしのぎ易くなり、気がつけばもう9月です。今年は、9月1日が二十日ですが、実りの秋に台風の影響がないことを祈るばかりです。

さて、魚沼基幹病院が大きな期待と注目を集めて6月1日に開院し、早や3か月が過ぎようとしています。地域の医療機関の再編も同時に行う全国でもまれな試みに、当初は若干の混乱はあったものの、ここまで順調に推移してきました。改めて関係各位に感謝申し上げます。

ここで、医療機関の再編に伴う患者動向と医療環境の概略を申し上げます。患者動向は、6・7月の2か月間に、外来患者2,170人の内、4割にあたる861人が、入院患者812人の内、5割近い370人が基幹病院を利用しました。他は、ゆきぐに大和病院、市立六日町病院などの利用で、この数字を見る限り、各医療機関の役割分担がうまく行われていることが推察されます。また、基幹病院に一番期待された救急患者

の受入れは順調で、昨年と比べ長岡圏域への搬送が6月に55%減、7月では66%減となり、予想を上回る結果となりました。今後、基幹病院が医師の配置を含めてフル稼働となれば、長岡圏域への搬送はほぼなくなると思われまます。

県内でも低かった医師数と病床数は、上から2・3番に上昇し、劣悪であった医療環境が飛躍的に改善されました。住民の命と健康を守るこれが最大の責務である自治体の長として、こんなになりたいことはありません。今後はこの医療環境を十分に活用し、生涯健康で過ごせる地域をめざさなくてはなりません。それにはみなさまからの協力が不可欠です。

身体的な健康だけでなく、精神面も重要です。少し前に双子で百歳を迎え、話題となったきんさんとごんさんは、あるインタビュで「人気者になり、お金もたくさん入っているとありますが、何に使いますか」との質問に、「老後のために蓄えますよ」と答えていました。百歳にしてなお老後のためにとは、本当にすごい気概であり、ユーモアたっぷりその言葉に感心したことを覚えています。

難しいことではありませんが、暴飲・暴食をせず、心にゆとりとユーモアを持って日々を過ごしましょう。

## 国際大学留学生 お国自慢コーナー ~ boast of my country ~

シリーズ  
第29回

モンゴル国 バツェンゲル バットボールド さん



### 私の国はこんなところ

モンゴルは、中国とロシアの間に位置する内陸国で、見渡す限り広大な大地と空が広がっています。国土の8割は草原で、現在も遊牧民族が暮らす数少ない国の一つです。

モンゴルでもっとも美しい場所の一つ「ホンゴル砂丘」は、高さ300m、幅12km、全長100kmという壮観な光景を誇る大砂丘です。鳴き砂丘としても知られています。[鳴き砂丘：砂が風で移動したときや、砂の雪崩現象で、音が鳴る砂丘]

### 南魚沼市に住んで感じたこと

南魚沼は、山と農地に囲まれたとてもすばらしい平穏なまちだと思います。私は友だちとこの地をサイクリングすることが大好きです。人々は優しく友好的で、いつも私たちをサポートしてくれます。

私にとって南魚沼の冬はとても特別なものです。まちをすっぽりと包む雪景色はきれいですが、2m近く積もった雪を見たのは初めてで、不思議な感じがしました。雪解け後の春は、驚くほど素晴らしく、いたるところにたくさんのお花が咲き、気持ちをリラックスさせ、幸せな気分してくれます。



### モンゴル国

- [公用語] モンゴル語
- [首都] ウランバートル
- [面積] 1,566,500 km<sup>2</sup> (18位)
- [人口] 2,868,000人 (135位)
- [GDP(PPP)] 268億ドル (121位)
- [通貨] トウグルグ (MNT)

※GDPは国内総生産のことで、購買力平価説 (PPP) により算出した数値です

## 平成27年度 市政懇談会のまとめ

【問合せ】企画政策課 企画班

☎7733-6672

平成27年度の市政懇談会は、4月20日(月)から7月7日(火)まで、市内16会場で開催し、464人のみなさんから参加いただきました。

今年度は「マイナンバー制度」について、みなさんに情報提供を行いました。

各会場でいただいた意見や質問の中から、いくつかを紹介します。この他にいただいた質問や意見も、今後の市政に反映させていただきます。お忙しい中、参加いただき感謝いたします。

### マイナンバー制度

**Q** 個人番号を使って民間のさまざまなところと連携するといわれているが、具体的な情報はあるのか。  
**A** 現在、個人番号の利用は税・社会保障・災害対策の分野に限られ、法律で具体的な利用範囲が規定されています。民間との連携は、いろいろと報道されていますが、具体的な情報は得ていません。

**Q** 通知カードは住所地に送付されるようだが、違うところに住んで

いる人も多くいると思う。どうなのか。

**A** 転送不要の簡易書留で送付され、家族が住所地にいれば受取可能ですが、そうでない場合は返戻されます。早めの住所変更手続きをお願いします。

**Q** 住所が変わるときは、個人番号も変わるのか。

**A** 個人番号は基本的に一生変わりません。カードの盗難などで不正使用が懸念される場合は、番号を変更することができます。住所などの変更事項は、カードに追記されます。

**Q** 個人番号カードはどんな時に使うのか。

**A** 平成28年1月以降、行政のさまざまな手続きで個人番号の告知が求められます。その時に必ず本人確認作業が必要となります。個人番号カードをお持ちであれば、それだけで番号告知と本人確認が可能となります。個人番号カードは、さまざまな場面で身分証明として使用できます。

南魚沼市では、平成28年2月から住民票などの証明書を、全国のコンビニエンスストアで交付可能な「コンビニ交付」を開始します。コンビニ交付の利用には、個人番号カードの取得が必要です。

**Q** 個人番号カードは、みんなが取得しなければならないのか。高齢者などは、取得に不安があると思う。

**A** 個人番号カードの取得は、任意です。紛失や盗難など、管理に不安がある人は取得しないことも選択の一つです。番号告知と本人確認が1枚でできる個人番号カードは、利点が大きいため、今後の個人番号の利用拡大状況をみて、個人ごとに取得を判断ください。

**Q** 行政手続きが簡素化するということだが、市役所で年金請求など、他機関の手続きもできるようにするのか。

**A** 手続きを行う場所は、これまでと同じそれぞれの機関となります。手続きに必要な添付書類(住民票や所得証明など)を省略できるようにになります。

**Q** 犯罪は内部から起きることが多い。職員に漏えいさせない組織づくりにどう取り組んでいるのか。

**A** 個人情報データの取扱いは、利用者限定し、IDとパスワードで管理しながら、データへのアクセス記録を監視します。しかし、人間の手を介しないことは、どうしてもあり得ません。最終的には個人のモラルの問題となるので、職員

### 保健・医療・福祉

**Q** 今年は、平場と後山の雪の降り方が違っている。魚沼市・十日町市は、豪雪対策本部ができたが、南魚沼市はできなかった。要援護世帯の除雪援助も降り方によって違うため、どうにかならないか。

**A** 今年の降雪状況は、豪雪対策本部設置の基準値に達する直前の数値で変化していました。後山や欠之上は、基準地になっておらず、要援護世帯での除雪時間もばらつきがあるので、地区や家庭の状況も考慮し、全面的に支援内容の見直しを考えています。

### 教育・文化

**Q** 敬老会の補助金額が今年度から300円減額となったが、対象者数が増えることは分かっていることなので、年齢制限を付けるなどして、金額が毎年変わらないようにできないのか。

**A** 敬老会の出席者は5割程度で、出席者と欠席者に対する補助単価の差などの問題もあります。今までは、77歳以上を対象としていました。お祝いの品も米寿の対象者が多くなり、お祝い状に変えました。

出席者が減ってきているので、敬老会の在り方について、見直しを検討しなければならぬと考えています。

## 環境共生

**Q** 新ごみ処理施設の建設は、どういう状況なのか。

**A** 魚沼市、湯沢町、南魚沼市の共同で建設します。完成目標は平成35年度です。南魚沼市に新ごみ処理準備係を設置し、建設場所、焼却方法、施設規模などを検討しています。

## 都市基盤

**Q** 南魚沼市は水道料金が低い。軽減対策は。

**A** 合併時に基本料金と利用料金を13.5%下げました。その後は下げることができず、今日に至っています。現在、福祉減免を行っています。平成26年4月の消費税の3%アップ分は転化していなく、実質的に値下げと同じこととなります。新しい水道ビジョンを今年度中に作成するので、その中で今後の方向性を示したいと考えています。

## 産業振興

**Q** 内輪での活性化を図るよりも、外から観光客を呼び込んだほうが、活性化が進むのではないか。今年度の予算には、観光面で目立った予算付けがみられないが、どうか。

**A** 今年度の地方創生関連予算は、平成26年度予算を補正し、配分したものです。今年度は戦略を練り、平成28年度からその戦略に沿って予算を組む計画です。よって、ご指摘の部分の予算を組んでいません。交流人口を増やすために、道の駅に免税店を設けることなどを考えています。

## 行財政改革・市民参画

**Q** 目的税である都市計画税は、今後このまま続けて行くのか。固定資産税に上乗せをして一般の人からも徴収できないか。

**A** 一昨年に税率を半分としました。都市計画税は、税収で6,000万円強ほどあります。なくすためには、代替え財源が必要ですが、見つかっていません。このため、いつごろ廃止するかを明言することはできません。都市計画税は、過去に行われた都

市計画事業の償還金の財源として使っています。また、用途地域内でしか使用してはいけないので、固定資産税に上乗せし、徴収することはできません。固定資産税を上げることは、償却資産も対象となることから、増税によって企業が市から出て行くことにつながる可能性もあります。



## 会場別参加人数

期 日	会 場	参加人数	昨年比増減
4月20日(月)	東地域開発センター	27人	△8人
4月23日(木)	藪神地域コミュニティセンター	35人	4人
5月11日(月)	雪国おくにじまん会館	34人	△7人
5月13日(水)	大崎農業会館	26人	7人
5月19日(火)	後山集落センター	32人	0人
5月22日(金)	辻又地域多目的センター	19人	△1人
5月27日(水)	清水ふれあい会館	19人	5人
6月 3日(水)	栃窪集落センター	18人	△4人
6月 5日(金)	石打農業者トレーニングセンター	23人	△6人
6月22日(月)	上田農村環境改善センター	23人	7人
6月23日(火)	中之島農村環境改善センター	26人	1人
6月25日(木)	えきまえ図書館 本の杜	59人	1人
6月26日(金)	塩沢公民館	32人	4人
7月 3日(金)	城内地域開発センター	33人	7人
7月 6日(月)	大巻地域開発センター	32人	7人
7月 7日(火)	五十沢地域開発センター	26人	△10人
合 計		464人	7人

## 国勢調査に協力ください

【問合せ】企画政策課

☎773-66672

10月1日を基準日に、全国一斉に国勢調査が行われます。

調査員が9月上旬から各世帯を訪問し、調査関係書類を配布します。調査に協力ください。

国勢調査は、日本の人口・世帯・就業状況からみた産業構造などの状況を明らかにすることを目的に、5年ごとに行う国の最も重要な統計調査です。

今回の調査から、パソコンやスマートフォンを用い、インターネットで回答できます。調査票を手書きすることなく、好きな時間に回答できます。ぜひ、インターネット回答を活用ください。

回答内容は厳重に管理を行い、統計の作成以外に使用することは、ありません。調査員をはじめとする国勢調査の従事者は、統計法により調査で知り得た情報への守秘義務が課せられています。

調査結果は、高齢者の介護・医療、雇用対策、児童福祉、地域の活性化など、さまざまな分野で役立てられる基礎データとなります。

※調査員は、顔写真付の調査員証（身分証）を携行しています

**調査対象** 日本国内に住むすべての人（外国人も含む）と世帯

**調査項目**

**世帯員** 男女の別・出生の年月・配偶の関係・就業状態・従業地や通学地など（13項目）

**世帯** 世帯員の数・住居の種類・住宅の建て方など（4項目）

**調査の日程**

① 9月10日(木)～12日(土)

調査員がインターネット回答用IDを配布

② 9月10日(木)～20日(日)

インターネット回答を受付

③ 9月26日(土)～30日(水)

インターネット回答のなかった世帯に、調査員が調査票を配布

④ 10月1日(木)～7日(水)

回答を記入し、調査員に渡すか、郵送用封筒で提出ください

**国勢調査コールセンター**

総務省統計局では、国勢調査に対する質問などの電話相談に応じます。気軽に問い合わせください

☎0570-007-2015

IP電話の場合

☎03-4330-2015

**設置期間** 10月31日(土)

※土日・祝日も利用可

**受付時間** 午前8時～午後9時

## 「都市計画の見直し素案」パブリックコメントの結果

【問合せ】都市計画課 ☎773-6662

5月1日(金)～20日(水)に、「都市計画の見直し素案」について意見募集を行った結果、5件の意見がありました。意見の概要とそれに対する市の考え方を公表します。(市ウェブサイトでもお知らせしています)

意見など概要	市の考え方(対応)
石打地区の都市計画(農地への用途地域指定)を廃止してもらいたい。	今回の見直しでは用途地域を解除するか所の条件として、一定面積があるまとまった未利用地となっているか所(農地)の見直しを行いました。ある程度まとまった面積での変更を行わないと、宅地と農地などが混在し、効率的な土地利用への誘導を図れないという理由からです。
農地で用途地域に指定されているか所があり、相続する際に大変である。農地のか所だけでも廃止してもらいたい。	少子高齢化などで社会情勢が変化し、都市計画決定をした当時とは都市環境も変化しています。ご指摘の路線は、今後、都市的な土地利用が進む見込みがなく、計画を廃止することとしました。今後も社会情勢の変化に対応した計画となるよう、適時見直しを行っていきます。
都市計画道路の計画を条件に土地を購入し、仮登記をしたが計画が進まず、契約解除を希望していた。この見直しで路線の廃止が検討され、土地問題の解決を期待している。	新幹線停車駅である浦佐駅の東口地区は、市としても広域的な交通拠点としての利便性の向上と商業の集積を図るべき地区として、今後も土地利用の誘導策を進めていきます。
浦佐駅付近で、過去に店舗が存在したか所などが、店舗撤去後に未整備の状態である。少しでも整備していただきたい。	石打中央線は、当面は計画を継続し、地元のまちづくりの動きと合わせて幅員構成などを検討し、見直すことが望ましいと考えています。他の路線も含め、整備をすることで沿道住宅の多くが立ち退くこととなり、本来のまちづくりの意味がなくなることがないよう、今後もまちづくりの観点を踏まえながら社会情勢の変化に合わせた計画の見直しを進めていきます。
石打中央線について、社会状況の変化から計画を取りやめてもらいたい。	

## 軽四輪などのグリーン化特例 〜軽自動車税の軽減〜

【問合せ】 税務課 市民税係

☎773-6668

平成27年度に新車登録した四輪などの軽自動車で、排出ガス性能と燃費性能が優れた車に、平成28年度分の軽自動車税に限り、環境性能に応じたグリーン化特例（軽課）を適用します。

**対象車** 平成27年4月1日〜平成28年3月31日に新車登録した四輪などの軽自動車

軽課（軽減）基準「税額のおおむねの軽減率」

①電気自動車・天然ガス自動車：75%軽減

※ポスト新長期規制からNOx（窒素酸化物）を10%低減したもの

②乗用 平成32年度燃費基準+20%達成車・貨物 平成27年度燃費基準+35%達成車：50%軽減

③乗用 平成32年度燃費基準達成車・貨物 平成27年度燃費基準+15%達成車：25%軽減

※②と③は、平成17年排出ガス基準75%低減達成車（★★★★★）に限る。燃費基準の達成状況は、自動車検査証の備考欄に記載あり

車種区分	標準税率（平成27年4月1日以降に 新車登録した車両）		グリーン化特例【軽課（軽減）税率】			
			75%軽減	50%軽減	25%軽減	
三輪		3,900円	1,000円	2,000円	3,000円	
四輪以上	乗用	自家用	10,800円	2,700円	5,400円	8,100円
		営業用	6,900円	1,800円	3,500円	5,200円
	貨物	自家用	5,000円	1,300円	2,500円	3,800円
		営業用	3,800円	1,000円	1,900円	2,900円

## 知っていますか？ 世界アルツハイマーデー

【問合せ】

大和地域包括支援センター

☎777-3111

9月21日は、国際アルツハイマー病協会が世界保健機構（WHO）と共同制定した世界アルツハイマーデーで、アルツハイマー病の啓発を行う日です。この日を中心にリーフレットの配布や記念公演など、世界や国内各地でさまざまなイベントが行われます。

南魚沼市が今年度から行う認知症に関する新たな取組み

### 南魚沼市あんしんガイド

認知症の症状に応じた適切なサービスの流れ（認知症ケアパス）をまとめた「南魚沼市あんしんガイド」を作成しました。認知症の説明や相談先、認知症の人が受けられるサービスなどが載っています。

※各庁舎の窓口で配布中です

### 【認知症カフェ】

市内4か所で開催中

認知症カフェは、認知症の人とその家族を支援するために、その人たちだけでなく、地域住民や認知症に関する専門職なども集える場です。気軽に集える地域カフェとしても利用できます。

用できます。

だんだんどうも（塩沢交流広場休憩所 牧之茶屋）

開催日時 毎月第3火曜日

午前10時〜午後3時

連絡先 代表 岩田

☎090-6625-8065

お茶処つどい（特別養護老人ホーム 健康倶楽部つどい）

開催日時 毎月第2日曜日

午前10時〜11時30分

連絡先 担当 山口

☎773-3555

喫茶ところ（特別養護老人ホーム ころの杜）

開催日時 毎月第3金曜日

午後1時〜3時

連絡先 担当 沼崎

☎770-1123

いきいきカフェ（特別養護老人ホーム 八色園）

開催日時 毎月第2金曜日

午後2時〜3時30分

連絡先 担当 若井（大和地域包括支援センター）

☎777-3111

※お茶代などは、どのカフェも100円です



市役所での手続きなどについて、シリーズでお知らせします

こんなときはどうするの？<sup>24</sup>

## 介護予防事業

【問合せ】

南魚沼市地域包括支援センター

☎773-6675

大和地域包括支援センター

☎777-3111

塩沢地域包括支援センター

☎782-0252

市ではいつまでもまめ（元気）で生き生きと暮らせるように、さまざまな介護予防事業を行っています。

**Q** 介護予防が大切と聞くけど、市内に介護が必要な人は多いの？

**A** 市内の65歳以上人口（平成27年3月末）は、16,987人で、高齢化率は28.7%です。介護認定を受けた人は、3,278人で、65歳以上の5人に1人が認定者です。

**Q** 介護予防が必要かどうかは、どう判断すればいいの？

**A** 生活機能に関する25項目の質問「厚生労働省作成」に答えることで、自分が注意すべき点を知ることができま

※65歳以上の介護認定を受けていない人へ、2月に基本チェックリス

トを送付し、回答いただいています

基本チェックリスト

「運動器機能向上」「栄養・口腔機能向上」「閉じこもり予防」「認知症予防」「うつ予防」の項目に分かれています。

「うつ予防」を除く20項目の内、7つ以上にあてはまると、2年以内に要介護や要支援状態になるリスクが2倍近くに高まります。

**Q** 市では介護予防のために、どんな事業を行っているの？

**A** 今年度から、65歳以上の人を対象にした「一般介護予防事業」と、基本チェックリストの各項目に該当した人を対象にした「介護予防・生活支援サービス事業」に分けて、介護予防事業を行っています。

一般介護予防事業「会場、費用」  
まめでいきいき教室：運動器の機能向上訓練に、「栄養改善」「口腔機能向上教室」「認知機能低下予防プログラム」を合わせた教室「市内3会場、初回と12回目に300円」

脳活倶楽部：脳を活性化するためのトレーニング「本庁舎・ゆきぐに大和病院・塩沢庁舎、初回に50円」

水中運動教室：水中での歩行や軽めのアクアエクササイズ「デイスポート南魚沼、300円/回」

筋力づくり教室：筋力づくりサポーターの指導による筋力の改善・向上、認知症予防も取り入れた体操教室「市内104会場、50円/回」

ふれあいサロン：地域のボランティアが開催するお茶の間サロン「市内91会場、費用は会場ごと」

介護予防・生活支援サービス事業  
筋力アップ教室：トレーニング機器中心の運動「まちトレ南魚沼、400円/回」

はつらつリハビリ教室：リハビリ職などが運動や体操を指導「越南苑・つむぎデイサービスセンター、300円/回」



口腔訪問事業：歯科衛生士が訪問し、口腔体操や衛生を指導「自宅、初回のみ300円」

心の健康訪問：専門職が訪問し、気持ちの落ち込みや不安、生活や健康面の相談に応じます「自宅、無料」

※教室の詳細・参加希望などは、各地域包括支援センターに問い合わせください

**Q** 介護予防事業などに参加すると、どんな効果があるの？

**A** 参加者から「階段が楽に上がれるようになった」「口の渴きが気にならなくなった」「若いうちから参加しておけばよかった」などの声が聞かれます。

要介護とならないために  
心身の衰えは、40歳代から始まるといわれています。心身が弱ってきたと感じる前から介護予防を始めることが大切です。

仕事やボランティア、趣味などの「活動」を通じて、体を動かしたり、頭を使うことが介護予防につながります。

いつまでもまめ（元気）で生き生きと暮らせるように、あなたも介護予防を始めませんか？

## 中之島地区まちづくり協議会 ☎782-1997

「郷土の歴史と文化学習会」を2回に分け開催

第1回目を7月23日(木)に、テーマを「江戸時代における郷土の用水と堤防をめぐるできごと」として、郷土の歴史と文化を語る会の田村慶一さんを講師に開催しました。20人が参加し、江戸時代の中之島地区のできごとを興味深く学習しました。

次回は10月9日(金)に、「江戸時代の入会山の利用と争い」をテーマに開催します。



## 石打地区まちづくり協議会 ☎783-3290

上野区で新潟県が行う「大学生の力を活かした集落活性化事業」を活用した取り組みを行っています。

「温泉地を活用した滞在型の観光地づくり」をテーマに、新潟大学と明治大学の共同チームが、若い発想力や行動力、専門知識を生かして集落活性化に向けた調査研究を行い、活性化策のヒントを探ります。どんな結果と成果がでるか楽しみであり、期待もしています。



## 大巻地区地域づくり協議会 ☎776-2032

「基礎事業」を地元の視点で迅速に実施しています。



施工前



施工後

主役は地域のみなさん！

「よりくみ」「できごと」紹介

【問合せ】  
企画政策課  
☎773-6672

# 1日前プロジェクト (災害に備えて)

【問合せ】総務課 防災庶務班  
☎773-6660

## 泥まみれで後かたづけ～3日目のお風呂でホッとひと息～

平成17年 台風14号 (延岡市 30代 男性)

当時、役場の天井ぐらいまで水がきたんですよ。うちの事務所の駐車場に置いていた車も、8台が廃車になりました。車の屋根まで水が入って、エンジンがやられてしまったから。軽自動車などはプカプカ浮いてしまって、停めていたところから2メートルぐらい離れたところにあったり、ほんとうに見たこともない光景でした。

職場の中にも土砂が入り込んでいたので、仕方なく一日中泥出しをしました。断水で、泥まみれになっても手も洗えず、トイレへ行きたくともなかなか行けない状態のところへ、お昼すぎに山奥から井戸水を持ってきてくれた人が、「きれいな水だから、飲んでもいいよ」と言ってくれたときは、すごく嬉しかったですね。

やっぱり泥がついている状態のまま3日も過ぎると、自分がもう臭くてね。汗やら何やらがしみこんだような感じの臭いがして、困りました。ようやく泥かきが一段落して、久しぶりに家に帰ると、たまたま湯船に残り湯があったんですよ。「やっと風呂に入れる！」とすごく嬉しかったのを覚えています。





# みんなの図書館

【申込み・問合せ】  
南魚沼市図書館  
☎773-6677

## 9月の開館日時

【南魚沼市】 月～金9:30～20:00 (土・日・祝日は19:00まで) 休館(図書館整理日)17日(木)  
☎777-4671 月～金9:00～19:00 (土・日・祝日は17:00まで) 休館(祝日の場合は翌日)  
【大和】 ☎782-0100 月～金9:00～20:00 (月・土・日・祝日は17:00まで)

## 6月の読書のひょうご

人形劇がやってくる！  
むかしむかしあったとさ

- 日時 9月19日(土) 午後2時～3時30分
  - 会場 南魚沼市図書館 多目的室
  - テーマ 「むかしばなし」
  - 内容 人形劇『だんまりくらべ』『ぞうのはなはなぜんがい』・本の紹介
  - 出演 オフィスやまいも
  - 対象 幼児・小学生・保護者ほか どなたでも
- ※申し込み不要・参加無料。  
会場が満員となり、入場できない場合があります

## 絵本のへや

楽しい「絵本のへや」に、遊びにきませんか？ 乳幼児向けの楽しい絵本を毎回用意して、読み聞かせを行っています。おともだちとの出会いもあるよ！

- 期日 毎週水曜日 午前10時30分～11時30分
- 会場 南魚沼市図書館 多目的室
- 対象 0歳から入園前の幼児
- 内容 パネルシアター・手遊び・絵本・紙芝居・読み聞かせなど

## 7月の読書のひょうごの様子

7月は「なつ」を題材にしたお話が盛りだくさんでした。間違えて天ぷら粉の中に入ってしまったおばけ。危機一髪のところ、天ぷらにならないですみました。『おばけのてんぷら』は、おばけがドキドキする珍しいお話でした。 工作の凧コプター作りも好評でした。



## テーマ展示

健康が大切。9月のテーマ展示は「元気に過ごそう」です。健康増進普及月間と敬老の日に合わせておすすめ本を紹介します。

「おじいちゃん」や「おばあちゃん」が登場する子ども本の展示もあります。

## 巡回図書を利用ください

8月20日(木)に大和図書館の巡回図書200冊を入れ替えました。次回塩沢図書館は、9月17日(木)に入れ替え予定です。

## 「あらしのよるに」映画会

アニメ「あらしのよるに」(全26話)を、7月から上映中です。9月は12話から上映します。

※1～11話のDVDを図書館で貸出ししています

- 期日 9月6日(日)・12・14話、9月27日(日)・15・17話
- 時間 午前10時～11時30分
- 会場 南魚沼市図書館 多目的室
- 対象 幼児・小学生・保護者ほか どなたでも

## 読み聞かせとギターの奏「テーマ「生きる」」

絵本の読み聞かせにギターの伴奏を合わせた心にひびくイベントです。

- 日時 9月20日(日) 午後2時～3時30分
- 会場 南魚沼市図書館 多目的室
- 定員 70人(どなたでも)
- 出演 読み手・春川キヨミギター…南雲充司

## 語り入門講座 参加者募集!

語りは「お話」を、本を見ずに語ります。あなたも「お話」を語ってみませんか

- 期日 9月26日(土)、10月24日(土) (全2回)

●時間 午後1時30分～3時30分

- 会場 南魚沼市図書館 多目的室
- 講師 春日みどりさん 佐藤愛子さん
- 内容 ①語りを聞く・テキストを読む、②発表
- 対象 子どもに「お話」を語りたい人(2回参加が条件)
- 定員 20人 ※参加無料
- 申込み 図書館に申し込みください(電話可)
- 締切り 9月23日(水・祝)

## 乳幼児親子おはなしの会 「えほんであそぼ」

【問合せ】南魚沼市図書館 ☎773-6677

新聞紙でよきよき伸びるタワーをつくるよ!

- 日時 9月25日(金) 午前10時～11時30分
- 会場 大和公民館
- 内容 手袋人形・まんまるちゃん・絵本・パネルシアター・手遊び・歌・工作など
- 対象 0～3歳児と保護者
- 参加費 無料(予約不要)



## トミオカホワイト美術館

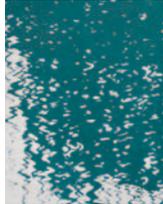
開館 9:00 ~ 17:00 (入館終了 16:30)

9月の休館：2日(水)、9日(水)、16日(水)

☎ 775-3646・FAX 775-3650 URL <http://www.6bun.jp/white/>  
 ¥ 一般 500円 / 小中高 250円 (市内の小中学生は無料)

9月の「市民無料の日」は、1日(火)、8日(火)、18日(金)、28日(月)

### 開館 25周年記念 富岡惣一郎 「白の情景～四季のうつろい～」



● 期 間 11月30日(月)まで  
 富岡は、「一年中美しい色彩の自然に囲まれていることの幸せに気づいて欲しい」と、雪国の人々に語っていました。富岡の描いた日本の四季をお楽しみください。

五色沼・春A

## 鈴木牧之記念館

開館 9:00 ~ 16:30

9月の休館：1日(火)、8日(火)、15日(火)

☎・FAX 782-9860  
 ¥ 一般 500円 / 小中高 250円 (市内の小中学生は無料)

### 「牧之画廊」の作品募集!

雪国特有のせいがい造り建築の鈴木牧之記念館や、雁木を持つ牧之通りを描いた作品を募集します。

- 題 材 鈴木牧之記念館(外観)か、牧之通り
- サ イ ズ 四つ切
- 画 材 水彩絵の具、クレヨン、(色)鉛筆、サインペンなど(油彩、CG、貼り絵などは不可)
- 申 込 み 作品の裏に名前、住所、電話番号を記入し、記念館に提出(1人1点まで。郵送可)
- 受 付 10月1日(木)～11月1日(日)

※応募作品は、牧之記念館で展示(11/7～12/7)

## 池田記念美術館

開館 9:00 ~ 17:00 (入館終了 16:30)

9月の休館：毎週水曜日(23日を除く)、1日(火)、3日(木)、24日(木)

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

### 魚沼映像アーカイブによる記録と記憶の再生プロジェクト 「光の記憶～南うおめま地域映像アーカイブ」

● 期 間 9月4日(金)～10月6日(火)  
 南魚沼市・新潟大学人文学部・池田記念美術館が連携し、幕末から昭和にかけて撮影された「南魚沼の昔の写真と映像」を展示。映像や地芝居に関する講演会とシンポジウムも開催します。

### 池田音楽クラス・音を楽しむ集い 無料演奏会

フォークソング 9月27日(日) 14:00～  
 ※音楽クラブ会員も随時募集中

## 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)

9月は毎日開館します

[JR六日町駅1階] ☎ 770-1173 ☎ 一般 500円 / 小中高 250円  
 URL <http://www.m-uonuma.jp/m-artstation/>

### 第2期 色彩は遊ぶ

● 期 間 ～11月23日(月・祝)

## 今泉記念館アートステーション

開館 9:00 ~ 17:00 (入館終了 16:30)

9月の休館：2日(水)

☎ 783-4500 FAX 783-3388  
 URL <http://www.michinoeki-minamiuonuma.jp/imaizumi-kinenkan>  
 ¥ 一般 500円 / 小中高 250円

常設展 ～彫る 摺る 画く～「棟方志功の世界」

膨大な数の作品を残し、72年の生涯を駆け抜けた棟方志功。豊満で力強い女性像や仏教・仏像をテーマとした作品を、ぜひご覧ください。

企画展 ● 期 間 11月9日(月)まで

「水の表現～水は旅をし、姿を変える～」

浮世絵や日本画・西洋絵画まで、さまざまな作家の表現する「水」にスポットをあて展示しています。

● 展示作家 葛飾北斎、マルク・シャガールほか  
 「版画の中の生き物たち」

高山辰雄、加山又造、脇田和など、8人の作家による鳥や鯉、猫など身近な生き物の版画作品を展示。

## 南魚沼市民会館

開館 8:30 ~ 17:15

9月の休館：7日(月)、14日(月)、28日(月)

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

### リコーダーミニコンサート

市民会館リコーダー教室による秋のコンサート♪

- 日 時 9月26日(土) 14:00～(開場 13:30)
- 会 場 市民会館 多目的ホール
- 料 金 無料

### ウルフルズ ツアー 2015『ボンツビカイカン』

ワンダフル・ロックバンド“ウルフルズ”が南魚沼に初登場。体が勝手に動き出す、ゴキゲンなサウンドをお楽しみください!



- 日 時 12月1日(火) 19:00～(開場 18:15)
- 会 場 市民会館 大ホール
- 料 金 全席指定 7,000円 (3歳以下入場不可)

※9月26日(土)から市民会館ほかで発売(賛助会員は、9月12日(土)から市民会館で発売)



# 郷土資料 あれこれ 34

【問合せ】 社会教育課

郷土史編さん係

☎773-2197

## 往え

荏とは、東南アジア原産のシソ（紫蘇）科の植物（写真）です。「白紫蘇」、「十念」とも呼ばれています。日本の荏の栽培は、鎌倉時代には始まっていたようで、古い書物にも食用品として紹介されています。葉や実を食用にし、実から油をしぼり、生活に活用してしました。

荏の実は、一般的に「荏胡麻」と呼ばれ、この実を絞って作った油が「荏油」です。栽培が始まったころ、稀少品であった荏油は、灯明用の油として寺社に献上されたそうです。その後、栽培が広がり、一般に普及していききました。

荏油は、空気に触れると乾燥し、固まる性質と防水・防虫・防腐効果があり、木材の塗料や、柿渋を塗った紙袋

や和傘の防水性を高めるためにも使われました。

この地域に残された江戸時代の年貢の完納を示す「皆済目録」から、当時の年貢項目を見ると、荏・荏胡麻・渋柿などの生産にも年貢が課せられていたことがわかります。このことから、江戸時代のこの地域で荏は多く栽培され、重要な生産物であったことを知ることができます。

その後、江戸時代中期ころに、生産性に優れ、安価な菜種油が登場したことで、荏の栽培は衰退していききました。前回紹介の柿渋と同様に、荏油も量販店の塗料コーナーに艶出し用の塗料として並んでいます。地場産農産物販売所などでは、食用に荏の葉や荏油が並んでいます。健康食品、自然素材として人気が高まりつつあるようです。

《参考文献》  
『六日町史』通史編第二巻



荏

## 魚沼映像アーカイブによる記録と記憶の再生プロジェクト「光の記憶」南うおぬま地域映像アーカイブ

【問合せ】 社会教育課

郷土史編さん係

☎773-2197

幕末、六日町の今成無事平は、江戸遊学の際に写真術を習い、六日町に戻るとさつき家族や周囲の人を撮影しました。写真師ではない一般の人が写した写真として、県内初のものでしょう。それをきっかけに、南魚沼には数多くの写真・映像が人々の記憶とともに残され、当時の暮らしや生き生きとした人々の様子を知ることができます。

この地域に残る写真・映像資料の新たな活用を目的に、地域の伝統文化の継承を目的に、南魚沼市・新潟大学人文学部・池田記念美術館が連携して、地域映像アーカイブの映像資料による展覧会を開催します。

展覧会「光の記憶」南うおぬま地域映像アーカイブ」  
期間 9月4日(金)～  
10月6日(火)

時間 午前9時～午後5時  
会場 池田記念美術館

講演会「南うおぬまの映像と記憶を掘り起こす」  
日時 9月5日(土)  
午後1時30分～

講師 池内紀(ドイツ文学者)、伊藤守(早稲田大学)、原田健一(新潟大学)

シンポジウム(討論会) ①  
「くらしの記憶と記録」

日時 9月12日(土)午後5時～

登壇者 内藤正敏(写真家)、石井正己(東京芸術大学)、榎本千賀子(新潟大学)

シンポジウム(討論会) ②  
「南うおぬまの芝居の世界」

日時 9月20日(日)  
午後1時30分～

登壇者 三柳京昇(京昇一座)、塩沢歌舞伎保存会の子どもたち、山口清文(写真家)

※講演会・シンポジウムともに、参加無料・池田記念美術館で開催



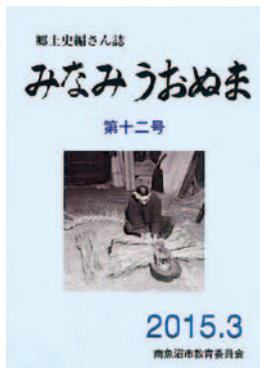
## 郷土史編さん誌 「みなみうおぬま」 第一～十二号を発売中

【問合せ】 社会教育課

郷土史編さん係

☎773-2197

南魚沼市では、収集した郷土史資料を活用して、身近な歴史や文化・民俗などの話題を掲載した郷土史編さん誌「みなみうおぬま」を刊行し、現在第一～十二号を販売しています。



## 第十二号の紹介

内容 南魚沼市域に見る郷土史研究のあゆみ(大和地域編)、龍谷寺のけんちん汁、忘れ得ぬ母校の校歌、南魚沼の校歌の歴史、白米・枕団子・赤飯の意義と変化、蔵から見た城内の食生活

販売価格 1,000円

窓口 郷土史編さん室、中央・大和・塩沢公民館



# 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 ディスポート南魚沼内 ディスポート☎773-6620 スポパラ☎773-3210

## 南魚スポーツパラダイス 第2期 <sup>おか</sup>陸の教室参加者募集 第2弾!

総合型地域スポーツクラブ南魚スポーツパラダイス（スポパラ）は、年会費6,170円で、さまざまな教室が「無料」「割引価格」で受講できます。会員になって教室にどんどん参加し、体力アップ・健康維持増進を図りませんか？

**受講料** **スポパラ会員** 今年度初めて受講する教室は、無料（キッズダンスの未就学児のみ820円）

第1期に受講し、第2期も再受講する教室は2,050円

**一般** 各4,110円（若返り筋力アップ教室のみ、3,080円）

**教室回数** 全10回（各教室とも）

教室名		開催曜日・開始時間	教室初日	教室内容	申込み開始日
しなやかボディ	初心者	土 9:00	9月26日	ヨガ・ピラティスを取り入れ、柔軟でしなやかなボディをめざします。	9月5日(出)
	経験者	10:00			
リフレッシュエクササイズ [おもに未就学児がいる女性] <b>託児</b> 1歳以上で、集団での託児が可能な未就学児		10:30	10月1日	出産・育児としばらく運動をする機会が少なかった人に最適な教室。運動再開のきっかけに。 未就学児がいる人も、託児付きで安心！	9月10日(木)
らくらく青竹		13:00		青竹ふみを踏んで、全身の機能を高める効果を狙います。 運動経験のない人も安心です！	
たのしいキッズダンス <b>NEW!</b> [年中（5歳）～小2]		17:30		年中から始められるヒップホップダンス。初心者大歓迎！楽しく一緒に踊りましょう。	
フラダンス	木夜	19:00	ハワイの伝統舞踊。アロハの精神で、ゆったり楽しく踊りましょう。 笑顔で踊れば心も体も健康に！		
ボディメイキング	金昼	10:00	10月2日	ボールを使って、楽しく、らくらくボディメイク。	9月11日(金)
若返り筋力アップ		13:30		いつまでもイキイキと！楽しく運動して、筋力アップ！（全8回）	

※受付は先着順で、各教室とも定員に達し次第に締め切ります

8:30から予備受付を行い、申込み開始時刻 [9:00] に定員を超える場合は、その時点で締め切り、その場で抽選教室の詳しい内容などは、参加者募集要項をご覧ください。不明な点は、スポパラ事務局まで

日程は、都合で変更する場合あり

保険料は、会員は年会費に、一般参加者は参加料に含まれます（当該教室時のみ有効）

## ディスポート南魚沼 トレーニングルーム マシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンを使用し、どなたでも簡単に使い方を覚えられます。

<ul style="list-style-type: none"> <li>●日 時 9月20日(日) 12:00～13:30</li> <li>●定 員 6人（事前申込みが必要）</li> <li>●会 場 ディスポート南魚沼1階 トレーニングルーム</li> <li>●対 象 中学生以上</li> <li>●申込み ディスポート南魚沼</li> </ul> <p>※施設利用料300円が別途必要です（定期券可） 運動着、室内用シューズ、タオル、飲み物を用意ください</p>	参加料	会員	無 料
		一般	200円



# 平成27年度 市民体育祭

主催：南魚沼市体育協会 事務局：社会教育課 生涯スポーツ係（市民会館内） ☎773-6630

※申込みは、各競技の問合せ先に連絡ください

## バスケットボール

日時 10月12日（月・祝） 8:00～  
会場 大和中学校体育館  
種目 ・一般男子 ・一般女子  
競技方法 トーナメント戦（ユニフォームの着用、  
帯同審判1人が条件）  
参加費 1チーム3,000円  
締切り 9月25日（金）  
問合せ 諸橋 英樹 ☎090-8894-6098

## バレーボール

日時 10月4日（日） 8:00～  
会場 六日町中学校第一体育館  
種目 男女混合9人制  
競技方法 予選リーグ戦 決勝トーナメント戦  
※代表者会議による調整の場合あり  
参加費 1チーム3,000円  
締切り 9月10日（木）  
問合せ 大津 英雄 ☎090-5544-1936

## ソフトテニス

日時 10月12日（月・祝） 8:40～  
会場 大原運動公園テニスコート  
種目 ・中学生の部（男女別）  
・中学3年生・高校・一般の部  
競技方法 予選リーグ戦 決勝トーナメント戦  
参加費 1人500円  
締切り 10月2日（金）  
問合せ 丸山 久 ☎080-5071-0910

## 硬式テニス

日時 10月25日（日） 8:30～  
会場 大原運動公園テニスコート  
種目 男子・女子ダブルス（A・B）  
競技方法 予選リーグ戦  
リーグ戦1位による決勝トーナメント戦  
参加費 一般1ペア2,000円  
学生1ペア1,500円  
締切り 10月18日（日）  
問合せ 木村 和男 ☎・FAX 772-4339  
木村 美恵子 ☎090-2884-0690

## バドミントン

日時 10月11日（日） 9:00～  
会場 二日町体育館  
種目 ・男子シングルス（A・B）  
・女子シングルスA（一般）  
・女子シングルスB（中学生）  
・男女別ダブルス（A・B）  
・中学生ダブルス  
・小学生男女別シングルス（5・6年生）  
・小学生シングルス（4年生以下）  
競技方法 トーナメント戦 リーグ戦  
（3位決定戦あり）  
※変更する場合あり  
参加費 シングルス600円（小・中学生300円）  
ダブルス1組1,600円（中学生1組600円）  
締切り 9月29日（火）  
問合せ 樋宮 孝雄 ☎773-6767

## サイクリング

日時 10月11日（日） 9:00～  
コース 六日町大橋河川敷駐車場～  
①三国川ダム～清水峠コース  
②三国川ダム～雲洞庵コース  
参加費 1,500円（小学生以下1,000円）  
※保険料、昼食代を含む  
締切り 10月7日（水）  
問合せ サイクリング協会事務局  
佐藤 ☎772-2320

## 柔道

日時 10月12日（月・祝） 8:30～  
会場 大和中学校武道場  
競技方法 ・小学生 個人戦・団体戦  
・中学生 個人戦  
・高校・一般 個人戦  
参加費 無料  
締切り 10月3日（土）  
問合せ 岸本 富士夫 ☎090-1938-0555

硬式テニス・バドミントンのクラスについて  
A：上級 B：初～中級



## 剣道

日時 10月18日(日) 8:30～  
 会場 六日町小学校体育館  
 種目  
 ・小学生の部  
 ・中学生の部(男女別)  
 ・高校・一般の部(男女別)  
 競技方法 個人戦・団体戦  
 参加費 1人700円  
 締切り 10月10日(土)  
 問合せ 大津 誠 ☎090-5216-6974

## 太極拳

日時 10月18日(日) 13:00～  
 会場 塩沢勤労者体育館  
 内容 太極拳の各級講習(入門・初級・24式)  
 一般の健康体操・体験教室  
 参加費 500円  
 締切り 10月17日(土)  
 問合せ 鈴木 洋之助 ☎090-2160-8243

### 南魚沼市体育協会 競技力向上委員会主催 「コーディネーション・トレーニング」講習会

【問合せ・申込み】 南魚沼市体育協会 事務局  
 (市民会館内) ☎773-6630

毎年好評の運動神経の発達を促す「コーディネーション・トレーニング」の講習会を開催します。  
 「運動が苦手な子どもに対するプログラムを知りたい」「さらに運動神経を伸ばしたい」「興味がある」人の参加をお待ちしています。

日時 9月29日(火) 19:00～21:00  
 会場 六日町小学校体育館  
 内容 運動神経の発達を促すコーディネーション・トレーニングの講習会  
 講師 伊佐早 信昭さん(株SOMUNI代表)  
 参加費 無料  
 締切り 9月25日(金)



## スポレック

日時 10月12日(月・祝) 9:00～  
 会場 雪国スポーツ館  
 種目 ダブルス戦(女子・混合)  
 競技方法 予選リーグ戦 決勝トーナメント戦  
 参加費 1人300円  
 締切り 9月30日(水)  
 問合せ スポレック協会事務局 上村 祐貴  
 ☎090-7413-4810

### 中央公民館講座 「中年から始める らくらくピアノ」

【問合せ・申込み】 中央公民館(市民会館内)  
 ☎773-6610

全く経験のない人もあつという間に両手で弾けます。あなたもピアノで楽しく脳トレをしませんか?

期日 10月13日(火)～12月22日(火)  
 [第2・4火曜日、全6回]

時間 10:30～12:00

会場 市民会館2階 講座室3

講師 木野 裕美さん

対象 ピアノに興味がある中高年

参加費 2,000円/月

持ち物 キーボード(月500円で貸出もあり)、  
 筆記用具

締切り 10月2日(金)



### 部下の戦力化を早める OJTと人材育成講座の案内

【問合せ・申込み】 魚沼サンティックスクール  
 ☎772-4554

日時 10月31日(土) 9:00～16:00

受講料 20,000円

※詳細は、問い合わせください

「中小企業研修受講料補助金」に該当します



シリーズがん予防③  
肺がん（結核）検診

【問合せ】保健課

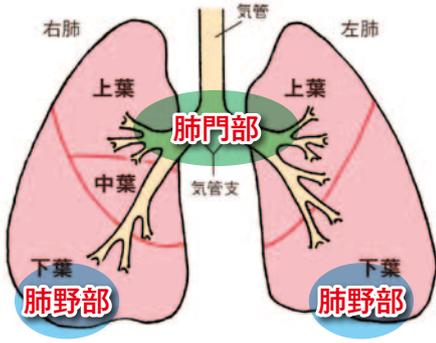
☎77316811

肺がん検診

肺がん（結核）検診は、40歳以上の人に実施しています。胸部レントゲン検査により肺全体を撮影します。肺野部のがん発見に適しています。

問診の結果、①50歳以上で喫煙指数（1日の喫煙本数×年数）が60以上、②最近6か月以内に血痰があった、③重クロム酸・石綿などを取り扱う業務や鉱業の従事歴がある、いずれかに当てはまる人に喀痰検査を薦めています。

喀痰検査は、肺門部にできるがんを発見しやすいといわれています。該当する人は、胸部レントゲン検査と合わせて喀痰検査を受けましょう。



結核検診

感染症法で65歳以上の人には、年1回の結核検診（胸部レントゲン検査）が義務付けられています。市では、肺がん（結核）検診として実施しています。近年、市内で結核発症はなく、若い世代では結核に対する意識も薄いと思われませんが、年に1回は胸部レントゲン検査を受けることを習慣化しましょう。

平成24～26年度の検診結果

年度	肺がん検診		
	24	25	26
受診者数（人）	8,211	7,805	7,318
要精検者数（人）	173	133	216
精検受診率（%）	90.8	93.2	88.4
がん発見数（人）	5	6	8

肺がん検診受診者数は年々減少していますが、精密検査が必要と判定される人（要精検者）は増加傾向にあります。要精検者の約1割は、残念ながら精密検査を受けていません。

がん発見者数

がん発見者数は、年々増加傾向にあります。大半は早期がんでした。過去3年間の状況をみると、再診者からのがん発見が多く、約6割が男性です。平成25年の全国のがん死亡者を部位別にみると、肺がんが男性では1位、女性では2位となっています。このことから、年に1回は検診を受け、早期にがんを発見し、適切な治療を受けることが大切であることがわかります。

肺がん検診でよく聞く質問

**Q** 肺の病気で定期的に医療機関を受診しているけど、市の検診を受けなければいけないの？

**A** 主治医から肺の病気で定期的に診察を受けていれば、市の肺がん検診を受ける必要はありません。主治医に確認し、指示に従いましょう。

**Q** 要精密検査になったけど、次回から精密検査を受けようと考えている。

**A** 精密検査が必要という判定が出たのに、すぐに検査を受けずに、次回の検診を待つては意味がありません。その間に病状が進行する事例もありました。精密検査が必要となったら、速やかに医療機関

を受診しましょう。

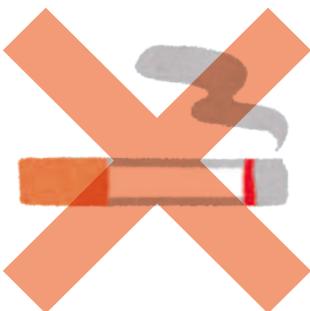
**Q** 精密検査は、どんな検査をするの？

**A** CT検査（コンピュータ断層撮影法）やレントゲン直接撮影を行う場合が多数です。CT検査ができる医療機関への受診をお勧めします。

**Q** たばこを吸わないから肺がん検診は受けなくていい。

**A** 肺は呼吸をするためになくはない器官です。たばこの煙には、多くの発がん物質が含まれています。肺がんが喫煙と関係が深いことは明らかですが、非喫煙者にも発症します。たばこを吸う人はもちろんのこと、吸わない人も年に1回は肺がん検診を受けましょう。

長年の喫煙習慣は、COPD（慢性閉塞性肺疾患）につながります。咳、痰、息切れといった症状を引き起こし、日常生活を困難にします。注意が必要です。





### 実践！「こころのスキルアップ」 9月は、自殺対策推進月間

【問合せ】保健課

☎773-6811

#### 南魚沼市の自殺者の現状

南魚沼市は、平成22年の人口動態調査で平均寿命が男性80.58歳、女性86.8歳となり、長寿の地域です。しかし、自殺率が高いという問題を抱えています。自殺者数は、平成17～26年の年間平均で、22人とおよそ2週間に1人が亡くなっています。

#### 自殺とうつ病(気分障がい)の関係

自ら命を絶った人の多くに、「うつ(気分障がい)」が背景にあったと考えられています。「やる気がでない」「眠れない」「自分を責める」などの辛い状態が続くと、冷静さや判断力を失い、自殺に結びつきやすくと考えられています。

#### 悩みが大きい・やる気が出ない時は ①まずは休養を取る

何か問題にぶつかった時、解決しようという気持ちになれず、気持ちが動揺したり、気力がなくなることがあります。そうした時は焦らずに、心をひと休みさせた方がよい場合が多くあります。早く問題を解決しようとする気持ちばかり焦り、空回りすることにもつながります。まず

は気持ちを落ち着け、ひと休みしましょう。

#### ②元気が出たらやる気スイッチを入れる

少し元気を取り戻したら、気分転換をして「やる気スイッチ」を入れてみましょう。生活を振り返り、少しでも気持ちが楽になることや楽しめることを増やすことが大切です。

#### ③問題解決に取り組む

問題を解決しようという気力が出てきたら、改めて問題に目を向けてみましょう。問題に直面すると嫌なこともあります。無理をせずできることから取り組みましょう。

#### ④できるだけ多くの解決策を考える

悩んでいる時に、簡単に解決策を見つけることはできません。よい策かどうかは別に、多くの解決策を考えてみましょう。信頼できる人に相談すると、さらに多くの解決策を見つけられます。一人で悩まずに相談してみましょう。相談を受ける人も、思い悩むあなたの様子をだまっで見ているよりも、相談を受けることで気持ちに楽になります。

#### ⑤考え方を広げる

「自分はダメだ」「誰にもわかってもらえない」と決めつけ、自分を追い詰めることがあります。辛くなります。その思い込みに縛られずに、改めて「実際に起きたこと」「自分の気持ち

や考え」「誤って捉えていないか」を柔軟に考え、自分にとって大切なことを見落としていないかも一度振り返りましょう。

#### 専門窓口を利用ください

うつ状態にある時は、専門家への相談や、治療が必要な場合があります。下記の相談窓口を気軽に利用ください。

#### 専門医による「うつ・自殺予防講演会」を開催

うつ病は一生のうちに、5人に1人がかかるといわれるほど身近な病気です。自殺は、さまざまな要因が関与するといわれていますが、直前にうつ状態であることが多く、防げる場合もあると考えられています。うつ病に、本人や周囲の人が早目に気づき、対応することが大切です。うつ病について、精神科の医師から話を聞ける貴重な機会です。参加をお待ちしています。

日時 9月15日(火)

午後7時～8時30分

会場 蕨神地域コミュニティセンター  
ターまほろば(一村尾)

内容 うつ病の症状と自殺の関連、生活習慣について

講師 ゆきぐに大和病院病院事業管理 宮永和夫

### 一人で悩まず、相談窓口を利用ください

相談窓口	電話番号	開設時間
保健課(本庁舎南分館)	773-6811	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
南魚沼地域振興局 健康福祉環境部(南魚沼保健所) ※心の健康相談会も実施しています	772-8137	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
中越いのちとこころの支援センター	0258-88-0070	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113	月～金(祝日除く) 8:30～17:00
南魚沼市消費生活センター (多重債務などに関する事) ※要予約	772-2541	月～金(祝日除く) 9:00～16:00 ※予約すれば時間外も対応
新潟いのちの電話(長岡)	0258-39-4343	毎日24時間対応
こころの相談ダイヤル	0570-783-025	毎日24時間対応



### 9月はがん征圧月間 いつもの暮らしにがん検診を

【問合せ・申込み】保健課

☎773-6811

国民の2人に1人が「がん」にかかり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。

初期のがんは、自覚症状がありません。検診で初期段階のがんを発見することができず。

早期に適切な治療を受けることで、身体への負担を少なくすることができ、生存率も大きく高まります。治療費の負担も抑えることにつながります。

9月は「がん征圧月間」です。あなたは今年、「がん検診」を受けましたか。市の住民健診は11月まで行っています。検診を受けていない人の申込みを受け付けています。

**市で実施のがん検診** 肺がん（結核検診を兼ねる）、胃がん、大腸がん、前立腺がん、子宮頸がん、乳がん

がんの早期発見のために、がん検診を定期的に受けることを習慣にしましょう。

### 心理相談を開催 （秘密厳守）

【問合せ・申込み】

子ども・若者育成支援センター

☎773-6616

義務教育終了後から39歳までの困難を抱えた若者への支援として、臨床心理士による心理相談を行います。家族からの相談にも応じます。

**対象** 発達障がい・不登校・ニート・ひきこもりなどでお悩みの若者とその家族

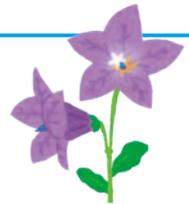
**日時** 9月29日(火) 午前10時～11時  
**会場** 子ども・若者育成支援センター1階相談室

**締切り** 9月25日(金)

※事前の電話予約が必要  
相談員による電話・来所相談に随時応じます。



## 9月の城内診療所 診療担当医師(予定表)



●受付・診療時間 午前：月曜～土曜〔受付〕8:30～11:30〔診療〕9:00～  
午後：月曜～金曜 第1・第3土曜〔受付〕11:30～16:00〔診療〕14:00～  
【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	
		1日		2日		3日		4日		5日		6日
		高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	寺田	堀内	堀内	休診
7日		8日		9日		10日		11日		12日		13日
高橋	高橋	高橋	寺田	高橋	休診	高橋	高橋	高橋	高橋	福本	休診	休診
14日		15日		16日		17日		18日		19日		20日
高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	休診	寺田	薄田	薄田	休診
21日		22日		23日		24日		25日		26日		27日
休診 (敬老の日)		休診 (国民の休日)		休診 (秋分の日)		風間	高橋	高橋	寺田	福本	休診	休診
28日		29日		30日		<b>お知らせ</b> 第1・第3土曜日は午後も診療を行います。第2・第4水曜日の午後は、外来を休診します。						
高橋	高橋	高橋	寺田	高橋	高橋							

# 掲示板

市などからのお知らせ

## 臨時福祉給付金の受付を開始

【問合せ・申請】  
臨時福祉給付金事務局  
(市役所本庁舎2階)  
☎775-17555

支給対象になると思われる人に、申請書を郵送済です。対象者(すべてに該当する)と

・基準日(平成27年1月1日)に、南魚沼市の住民基本台帳に登録がある(外国人を含む)  
・平成27年度の市県民税(均等割)非課税者と、非課税者の扶養になつていない人(扶養している人が課税されている場合は、対象外)  
※生活保護を受けている人と基準日以降に死亡した人は、対象外  
申請 必要書類を添えて、同封の返信用封筒で郵送か、持参ください。

※同封の申請書記載例から、押印や記載、添付もれがないことを確認ください

受付期間 9月1日(火)～12月1日(火)(消印有効)  
給付額 1人につき6,000円

※平成27年度は加算措置がありません

「対象者だと思いが、申請書が届かない」など、不明な点は、事務局に問い合わせください。

## 9月1日は「防災の日」災害に備えて 事前の準備を

【問合せ】  
総務課 防災庶務班  
☎773-6660

9月1日は関東大震災が発生した日であるとともに、台風シーズンを迎える時期でもあり、「防災の日」と定められています。  
毎年、地震や台風、集中豪雨などの自然災害が多発し、各地で多くの被害が発生しています。いつ起こるかかわからない災害に、「自分の命は自分で守る」ことを意識し、日ごろから備えることが大切です。

す。家具の転倒防止や食料品・飲料水の備蓄、非常持出品を準備しましょう。

食料品・飲料水 最低3日分を備蓄。飲料水は1人1日3リットルが目安

貴重品 現金、通帳、印鑑、権利証など  
懐中電灯・携帯ラジオ 予備電池を含めて準備

救急セット 包帯、三角巾、脱脂綿、消毒液など  
生活用品 下着などの衣類、雨具、タオル、ティッシュ、軍手、ライターなど

## 緊急通報装置の貸与

【問合せ・申込み】  
福祉課 高齢福祉係  
☎773-6667

高齢者の急病など、緊急時に対応するため、緊急通報装置を貸与します。  
装置は、救急ボタン、相談ボタン、火災センサー(台所)、人感センサー(24時間見守り)、電話での安否確認(月1回)がセットになっています。  
利用できる人は、世帯状況、心身や生活状況が次のいずれかに該当する場合があります。

### 世帯状況

- ① おおむね65歳以上の一人暮らし
- ② 寝たきりなど、重度の介護を要する人がいる高齢者のみの世帯
- ③ 重度身体障がい者の一人暮らしなど、①と②に準ずる

### 心身や生活の状況

- ① 発作が起きるような疾病がある
- ② 体調や気持ち不安定で、たびたびの受診や見守りが必要
- ③ 物忘れや注意力の低下があり、火災や事故が発生する心配がある
- ④ 隣家が遠い、近所づきあいが無いなど、緊急時の発見が遅くなる可能性が高い
- ⑤ 自分で電話をかけられないなど、緊急時の連絡手段がない
- ⑥ その他、必要性が認められる状況にある

料金 1か月400円  
申込み 福祉課、大和・塩沢市民センター

※認知症などで装置の操作が難しい人には、貸与できない場合があります

## 弁護士による『消費生活』無料法律相談

【問合せ・申込み】  
消費生活センター  
(ふれ愛支援センター内)  
☎772-2541

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人に、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。希望する人は、前日正午までに電話で予約ください。

※弁護士との相談時間を有効に使えるよう、申込み時に相談の概要を相談員が伺います

日時 9月24日(木)  
午後1時30分～4時  
会場 ふれ愛支援センター  
1階相談室

※消費生活センターでは、多重債務も含め、消費者のみさんの相談に応じます。身近な相談窓口として気軽に利用ください

**「法の日」週間・暮らしの無料法律相談会」開設**  
**「相談無料・秘密厳守」**

【問合せ・申込み】  
 市民課 市民係

☎773-6661

10月1日を「法の日」、10月1日～7日を「法の日」週間として、全国各地で法の尊厳や人権擁護の行事が開催されます。

市では「暮らしの無料法律相談会」を開設し、法律、戸籍の問題などの相談に応じます。

日時 10月6日(火)

午後1時30分～4時

会場 ふれ愛支援センター

2階 大会議室・小会議室・多目的ホール

相談内容

- ①土地・建物の売買、相続、抵当権の設定、土地・建物などの登記の問題
- ②土地の境界の問題
- ③会社の設立、役員変更など、法人登記の問題
- ④結婚、離婚、養子縁組や国籍取得など、戸籍・国籍の問題
- ⑤地代、家賃など、供託の問題

⑥家庭内、親族間、近隣間のもめごと、不当な差別など、人権の問題

⑦金銭の貸借、保証、多重債務などの問題

⑧年金の問題

相談担当者 弁護士、司法書士、行政書士、社会保険労務士、土地家屋調査士、人権擁護委員、法務局職員

※相談をしたい人は、直接会場におこしください。

弁護士への相談は、予約が必要です（相談時間は、1人30分程度）

**全国一斉「高齢者・障がい者の人権あしん相談」強化週間**

【問合せ】

法務局 南魚沼支局

☎772-3742

新潟県地方法務局と新潟県人権擁護委員連合会では、9月7日(月)～13日(日)を、「高齢者・障がい者の人権あしん相談」強化週間として、法務局職員と人権擁護委員が高齢者・障がい者の人権問題に関する電話相談に応じます。

相談内容 高齢者や障がい者に関するさまざまな人権問題

相談専用電話（全国共通人権相談ダイヤル）

☎0570-003-110

☎0570-003-110

【午前8時30分～午後7時】  
 12日(土)・13日(日)【午前10時～午後5時】

**全県「子どもの人権相談日」電話相談を実施**

【問合せ】

法務局 南魚沼支局

☎772-3742

新潟県人権擁護委員連合会では、9月12日(土)・13日(日)の2日間を、全県「子どもの人権相談日」として、人権擁護委員が子どもの人権に関する電話相談に応じます。

相談内容 いじめ・体罰・虐待など広く子どもの人権に関する問題

相談専用電話（全国共通相談ダイヤル）

☎0120-007-110

※IP電話からの発信不可  
 期日 9月12日(土)・13日(日)

【午前10時～午後5時】

**障がい年金相談会を開催**  
**「相談無料・秘密厳守」**

【問合せ・申込み】

新潟県社会保険労務士会

長岡支部長 平澤紀明

☎0258-8216453

精神や身体に障がいがあり、「就労に大きな支障がある」「就労できない」「日常生活で多くの介護支援が必要」な人で、障がい年金の受給資格や申請方法などを知りたい人の相談に応じます。

日時 9月25日(金)

午後1時30分～4時

会場 ふれ愛支援センター

1階 相談室

※事前の電話予約が必要

**「魚野川河川美化運動」参加者募集**

【問合せ】

建設課 維持管理班

☎773-6674

ふれあい魚野川プロジェクト推進協議会は、5月～10月の毎月第4土曜日に1時間程度、六日町大橋付近の河川敷で草刈り、ごみ拾いなどの作業をしています。みなさんの参加をお待ちしています

注意事項 傷害保険などの加入はないので、個人責任で参加できる人

9月の活動 9月26日(土)

午前6時～、六日町大橋の下集合(坂戸側)

**不登校親の会**

【問合せ】

六日町会場 池田

☎090-5574-5302

メール: paradox104@gmail.com

浦佐会場 黒岩

☎777-4144

メール: mkuroiwa@nulo.jp

不登校の子どもを持つ親の情報交換の場です。子どもや学校のことなど、気軽におしゃべりしませんか。

六日町会場

期日 毎月第3金曜日

時間 午後7時30分～9時

会場 市民会館2階 講座室

浦佐会場

期日 毎月第2木曜日

時間 午後1時～3時

会場 だんぼの部屋(浦佐小学校体育館ピロティ)

※申込み不要。都合で日程変更する場合あり

**9月10日は「下水道の日」  
忘れない。暮らしの下に  
下水道**

**【問合せ】下水道課**  
☎774-2740

排水設備の適切な維持管理  
汚水ます



宅地内にある汚水ますに破損がないか点検し、破損がある場合は、すぐに修繕ください。破損があると雨水や融雪水が下水道に流入し、流入水によって処理場での汚水処理に支障をきたします。

**飲食店などのグリーストラップ（油脂分離装置）**  
グリーストラップの適切な維持管理を行ってください。維持管理をおこたり、油脂類が下水道管に流入し、閉塞する事故が多発しています。維持管理方法は、設置した業者か、メーカーに問い合わせく

ください。  
**排水設備の変更**  
排水設備の改築・増設などを行う場合は、市に申請をし、確認を得る必要があります。排水設備工事を行う場合は、申請ください。

**下水道に接続ください**  
下水道を使用できる区域になつたら、速やかに接続しましょう。

市では、下水道接続のために、接続促進補助事業と無利子の融資制度を実施しています。制度を活用ください。  
※接続促進補助事業は一部地域を除き、今年度で終了します。また、制度の利用には条件があります。詳細は下水道課まで

平成26年度末の南魚沼市の下水道普及率（下水道を利用可能な人口割合）…97.9%  
水洗化率（下水道を利用している人口割合）…86.0%

新潟県下水道公社（六日町浄化センター〔五日町〕）から  
のお願い  
処理場は、小さな微生物の

働きで下水をきれいにしています。灯油や天ぷら油を流すと、微生物が弱り、処理能力が低下します。油などは、絶対に流さないでください。平日の施設見学ができます。気軽に申し込みください。

**「うおぬま米ねっと」事務局の移転**

**【問合せ】「うおぬま・米ねっと」事務局**  
☎788-0485

「うおぬま米ねっと」事務局は、8月1日から魚沼基幹病院内に移転しました。

「米ねっとカード」の利用申込みは、市民課、大和・塩沢市民センターでも受け付けます。

**新住所** 南魚沼市浦佐413  
2 「魚沼基幹病院内、患者サポートセンター隣」  
※電話番号は変更ありません

**心豊かな子育て教室**

**【問合せ】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！気楽に参加してね。初めての人、里

帰りの人、上の子を連れて来、みんな大歓迎！  
**六日町地区第2回「そだち学級」**  
日時 9月12日(土)  
午前10時～11時30分  
(受付：午前9時30分～)

**会場** ふれ愛支援センター  
2階多目的ホール  
**内容** 「お祭りだよ♪みんな

で楽しもう♪」なにをするかはお楽しみ！（ティータイム用のマイカップを持参ください）  
**五十沢地区第2回「そだち学級」**  
日時 9月12日(土)  
午前10時～11時30分  
(受付：午前9時30分～)

**会場** 五十沢地域開発センター  
**内容** 「みんなでウキウキ楽しもう♪」音楽に合わせて体を動かそう。ゲームもあるよ！

**大巻地区第2回「そだち学級」**  
日時 9月12日(土)  
午前10時～11時20分  
(受付：午前9時45分～)

**会場** 大巻地域開発センター  
**内容** 「うちわをつくらう♪」

親子でかわいいうちわ作り。あそんだあとにはティータイム！

**【共通事項】**  
対象 0～3歳の乳幼児とその保護者など（おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎！）

**料金** 無料（保険料1人10円負担）  
**申込み** 不要。動きやすい服装で、直接会場におこしください。（違う地区の人も参加可）

**9月は高齢者見守り強化月間**  
～広げよう支え合い～  
**【問合せ】**  
福祉課 高齢福祉係  
☎773-6667

9月は高齢者見守り強化月間です。地域の高齢者をみんなで見守りましょう。日ごろからできる見守り3活動

**あいさつ** ご近所で声をかけ合いましょう。  
**気くばり** 地域でさりげなく見守りましょう。  
**助け合い** 普段と違うことがないか目配りをしましょう。



### 「しおざわ秋の収穫祭」 出演者・出店者募集

【問合せ・申込み】

商工観光課（しおざわ秋の  
収穫祭実行委員会事務局）

☎773-6665

FAX773-6710

10月25日(日)に、道の駅南魚沼で開催の「しおざわ秋の収穫祭」ステージイベント出演者とフリーマーケット・飲食店の出店者を募集します。  
ステージイベント

ダンス・楽器演奏・歌唱・パフォーマンズなど（ジャンル不問）

参加費 無料

フリーマーケット【①】

飲食店【②】

参加資格 市内に住所がある20歳以上の個人か、市内に事業所がある法人や団体など

区画 ①間口3m×奥行き3m（テントなどは、各自で

用意。生き物・食料品は不可）、②間口5.4m×奥行き3.6m（電源以外の資材は、各自で用意）

出店料

①1区画500円、②2,000円（テント利

用は別途3,000円）

※飲食店は、臨時食品営業許可の申請が必要（様式などは実行委員会から送付）

申込み（共通） 申込書に住

所・氏名・電話番号などを

記入し、持参・郵送・FAX

Xで商工観光課に提出

※飲食店は販売品目などを考慮し、出店者を実行委員会で選定。

申込書は、商工観光課まで

（市ウェブサイトからダウンロード可。希望で郵送・FAXも可）

締切り 9月25日(金)

※申込み多数の場合、早期に

締め切る場合あり

参加団体・グループ募集！  
にいがた狼煙プロジェクト2015

【問合せ・申込み】

商工観光課 観光交流班

☎773-6665

FAX773-6710

メール kankou@city.

minamiuonuma.lg.jp

災害復興や地域のまちおこ

しを目的に、県内の山城跡など

で狼煙上げを行う「にいが

た狼煙プロジェクト」が今年度も開催されます。狼煙上げに参加の団体・グループを募集します。

日時 10月18日(日)

午前11時ころ（目安）

※強風などの荒天時は、各団体の判断で中止のこと

実施場所 参加者主体のイベントのため、土地所有者や

周辺住民などの了解が得られる場所であれば自由

※事前に了解を得てから応募

ください

対象 大人2人以上を含む、

プロジェクトに賛同する団体・グループ

申込み 団体名、狼煙上げ予定場所、担当者名、連絡先

「電話番号・メールアドレス」をメールか、FAXで

連絡ください。（後日、資料を送付。同封の参加申込

書に必要事項を記入し、返送のこと）

締切り 9月25日(金)

八色園創立40周年記念講演会

【問合せ】特別養護老人ホーム八色園

☎777-3811

日時 10月3日(土)

午後1時30分～4時

会場 コミュニティホール

「さわらび」(天王町(浦佐))

内容「講師」 第1部講演

「あなたは、どんな老い

方・死に方をしたいですか」「前ゆきぐに大和病院

院長・八色園顧問 斎藤芳雄」、第2部講演「虐待か

ら見えてくるサービスの質

「拘束虐待ゼロ作戦」

「厚生労働省 身体抑制ゼロ推進会議委員 鳥海房枝」、

第3部質疑応答（対談）「福祉・医療・介護のプロ

2人の先生にさまざま疑問や今後の少子高齢社会の

### 八色園創立40周年記念講演会

【問合せ】特別養護老人ホーム八色園

☎777-3811

日時 10月3日(土)

午後1時30分～4時

会場 コミュニティホール

「さわらび」(天王町(浦佐))

内容「講師」 第1部講演

「あなたは、どんな老い

方・死に方をしたいですか」「前ゆきぐに大和病院

院長・八色園顧問 斎藤芳雄」、第2部講演「虐待か

ら見えてくるサービスの質

「拘束虐待ゼロ作戦」

「厚生労働省 身体抑制ゼロ推進会議委員 鳥海房枝」、

第3部質疑応答（対談）

「福祉・医療・介護のプロ

2人の先生にさまざま疑問や今後の少子高齢社会の

乗り切り方を聞いてみよう」

「斎藤芳雄・鳥海房枝」

費用 無料

定員 300人（先着）

※事前申込み不要

### 普通救命講習会

【問合せ・申込み】

消防本部 警防課 救急係

☎782-5331

いざという時のために応急

手当を学びませんか？心肺

蘇生法、AED（自動体外式

除細動器）の取扱いなど、実

技を中心にした講習会です。

初めての人も、気軽に参加

ください。

日時 9月12日(土)

午前9時～正午

会場 南魚沼市消防署（竹

俣）

定員 30人程度

費用 無料

※受講者には修了証を交付。

実技のできる服装でおこ

ください

ご厚意に感謝します

医療法人社団 萌気会様

「天王町」から、学童保育

大空クラブで使用していた

だきたいと、業務用エアコ

ン1基をご寄付いただきました。

ご厚意に沿うよう、有効

に使わせていただきます。

## 愛の消防フェスティバルを開催

〔問合せ〕  
消防本部 警防課 救急係  
☎78215331

「愛の消防フェスティバル」を開催します。消防車・救急車の展示、消防×クイズなど、楽しいコーナーを設けます。家族でお楽しみください。

日時 9月5日(土)  
午前10時～午後2時

会場 イオン六日町店駐車場

内容 消防車・救急車の展示、ミニレスキュー体験、消火器使用体験、AEDミニ講習、消防×クイズなど  
※内容を変更する場合があります

## 全国道路・街路交通情勢調査を実施します

〔問合せ〕国土交通省 長岡国道事務所 調査課  
☎025813614582

全国道路・街路交通情勢調査を、9月～11月に実施します。この調査は、自動車の使用方や道路の状況などを調査するもので、おおむね5年に1回実施しているものです。無作為に抽出した自動車の

所有者にアンケートを郵送しますので、調査に協力ください。

調査結果は、将来の道路計画や都市計画などを策定するための重要な資料となります。

## つげもん品評会を開催

〔問合せ〕  
南魚沼サービス店会  
☎77214414

うんめくつげもん食いにこらっしやい！

市内の腕自慢が漬けた漬け物の品評会を開催します。気に入った漬け物に投票ください。人気の漬け物には、市長賞などを贈呈します。

漬け物を食べ、楽しいひと時を過ごしませんか？  
日時 9月15日(火)  
午前11時～午後2時

会場 市民会館 多目的ホール  
（表彰式：午後3時～）  
※参加無料。ふれ愛ポイントを、来場者に1ポイント、マイ箸・マイ皿持参者に10ポイント贈呈

## 屋外広告物適正化旬間

〔問合せ〕  
新潟県 都市政策課  
☎025128015426

9月1日(火)～10日(木)は屋外広告物適正化旬間です。

新潟県では屋外広告物条例を定めて、「良好な景観の形成」「自然のおもむきの維持」「広告物の倒壊・落下などによる危険防止」を目的に、規制を行っています。

美しい景観維持のために、屋外広告物条例を守りましょう。

## 電気さく事故に注意を！

〔問合せ〕農林課  
☎77316663

市内や近隣市町でもサルやイノシシなどから農作物を守るために、電気さくが設置されている場所があります。

電気さく周辺の危険表示に注意し、むやみに電線に触れないようご注意ください。

また、子どもたちを電気さくの付近で遊ばせたり、近づけないように指導ください。

## シリーズ 市民の声 ⑩

〔問合せ〕秘書広報室  
☎77316658

### 老人会について

【市民からの意見・提案など】  
区の役員が強制のような態度で入会を勧めます。60歳定年から65歳定年に社会が動いています。市からの補助金が人数に応じて払われるためらしいのですが、今時の社会情勢にあつては気がしません。「定年後も希望により」を原則にしてほしいです。

### 【市からの返事】

老人クラブは、各地域における高齢者の自主的な組織です。昭和25年ころに社会福祉協議会の協力で誕生し、全国に広がりました。

る活性化が期待されています。老人クラブの加入年齢は、国が定める老人クラブ活動等事業実施要綱で会員年齢を60歳以上としていることから、各老人クラブもそれに準じて60歳以上としています。そのことから60歳以上の人に入会の声掛けをしているものと思えます。ただし、入会はまだ希望制で、強制するものではありません。

また、市では国の助成を受けながら高齢者自らの生きがいを高め、健康づくりを進める活動やボランティア活動をはじめとした地域を豊かにする活動に、その有用性から老人クラブ活動費の一部を補助しています。

急速に進む高齢化社会の中で、老人クラブが抱える課題も様変わりをしており、補助金制度を含め、これまでの活動の見直しや新たな取り組みをしていく必要性もあると考えます。今回の意見を南魚沼市老人クラブ連合会に報告し、自主的な議論をしていただくようにお願いをしています。

〔担当：福祉課〕  
☎77316667

**若者まちづくり会議  
「わかまちカフェ」を  
開催 参加者を募集!**

【問合せ・申込み】  
企画政策課  
☎773-6672

わかまちカフェも今年で3年目。今年度第1回目の会議テーマは、「雪は多いけどUJターンがいつぱいのまちにしたい!」です。

あなたも今や未来の南魚沼市のことを、一緒に考えてみませんか? いろんな意見をお待ちしています!  
※リラックスして話し合いができるワークショップ形式の会議です

**日時** 9月26日(土)  
午後2時~5時  
**会場** ふれ愛支援センター  
2階 多目的室  
**参加資格** 49歳以下の人  
**参加費** 無料  
**定員** 40人  
**締切り** 9月18日(金)

## 第14回ぶどう収穫祭とワイン祭り (入場無料)

【問合せ】アグリコア越後ワイナリー ☎777-5877

八海山麓にひろがる、5万坪の敷地を持つ緑いっぱいの「八色の森公園」。ワイン片手に楽しい音楽を聴きながら、ぶどうの収穫を楽しみましょう。

- **日時** 9月12日(土)・13日(日) 10:00~16:00 (雨天決行・荒天中止)
- **会場** アグリコア越後ワイナリー／八色の森公園 [天王町 (浦佐)]

来場者に、巨峰を上回るおいしさといわれる高級食用ぶどう「<sup>ふじみのり</sup>藤稔」を1房もぎ獲りできるサービスがあります。(先着順、数に限りあり)



屋外コンサートやお楽しみ抽選会などのイベントもあります。年に一度の収穫を祝う「ぶどうとワインのお祭り」です。友人や家族とともにおこしくください。

### 越後ワインセット前売券発売中!

アグリコア越後ワイナリーほか、市内酒販店にて販売中です。  
予約前売券 2,600円 (当日券 2,800円)

- **内容** 特選ワイン1本+スパークリングワイン1本
- **特典** 「<sup>ふじみのり</sup>藤稔」もぎ獲り1房+お楽しみ抽選券

### 【往復はがき記入例】

※はがきは見開きの状態で。

<p>《返信面》</p> <p><b>往信</b></p> <p>950-0954 アルビレックス新潟後援会 試合観戦ご招待係行 10/17 松本</p>	<p>《返信裏面》</p> <p>返信はがきの裏面</p> <p><b>白紙</b></p> <p>この面は、抽選結果が記載されます。必ず白紙のまま差し出して下さい。</p>
---	---

<p>《返信面》</p> <p><b>返信</b></p> <p>949-△△△△</p> <p><b>例</b></p> <p>後援 花子様</p>	<p>《返信裏面》</p> <p>①10/17 松本 ②〒949-△△△△ 南魚沼市〇〇町〇-〇-〇 ③後援 花子 20歳 ④025-〇〇〇-△△△△ ⑤メールアドレス(お持ちの人) ⑥希望枚数(2枚まで) ⑦後援会資料請求(任意) 希望の人は空白部分に「希望する」とご記入下さい。</p>
---	---

**試合観戦の招待 2015  
明治安田生命J1リーグ  
2ndステージ 第14節  
アルビレックス新潟対  
松本山雅FC**

【問合せ・申込み】  
アルビレックス新潟後援  
会(村山)  
☎025-282-0011

**日時** 10月17日(土)  
午後6時30分試合開始  
**会場** デンカビッグスワンスタジアム(チケットはS・Eスタンド自由席)  
**応募条件** 南魚沼市在住者  
**募集人数** 500人  
※招待券の申込みは、自由席2枚まで。3枚以上希望の

場合は、優待価格で販売  
あて先・応募方法 左記の記入例を参考に応募ください。  
〔往復はがきは各自で用意ください〕  
応募は、1世帯につき1通限り有効〔応募多数の場合は抽選〕  
**締切り** 10月2日(金)必着  
**受け渡し** 招待の可否を返信用ハガキでお知らせ〔10月9日(金)ころを予定〕  
電話での可否の問合せには、お答えできません。  
観戦は、返信ハガキを持参し、Eゲート前広場に設置の「チケット引換所」で、チケットと引換え後に入場・観戦

## 東北電力株魚沼営業所が街路灯を寄贈 8月7日(金)

東北電力(株)魚沼営業所 小野所長が市役所を訪れ、安全な通行と節電に寄与できるようにと、LED街路灯30灯を市に寄贈いただきました。これは、東北電力(株)が社会貢献活動の一環として行っているものです。

井口市長は「寿命が長く、虫も集まりにくいLED街路灯を設置することで、市民がより安全・安心、快適に歩くことができます。集落内や通学路などで、有効に活用させていただきます」と、感謝の気持ちを伝えました。



## 鈴木牧之記念館で夏休みナットク体験が開催されました 8月6日(木)~8日(土)

鈴木牧之記念館で夏休みナットク体験が開催され、小学生の児童や観光で訪れた人が越後上布の糸の元を作る苧引きや草木染めを体験しました。越後上布技術保存協会の指導のもと、参加者は初体験の苧引き作業を丁寧に行いました。

草木染めでは、割りばしや輪ゴムを用い、どんな模様になるか想像しながら絞り、ハンカチなどを藍やウコンで染めました。



## 六日町高等学校写真部に棚村基金奨励金を贈呈しました 8月4日(水)

「第13回全国高等学校対抗町並みフォトコンテスト民家の甲子園」に出場が決定した六日町高等学校写真部に、棚村基金奨励金の贈呈式を行いました。六日町高等学校写真部は、新潟県代表として8月9日(日)に高知県で開催された全国大会に出場しました。

※「民家の甲子園」は、地域の伝統的家屋やそこに住む人などを被写体とする写真コンテストで、被写体とした地域の歴史や暮らしなどを、自ら調べたことなどを発表するプレゼンテーションも評価されます



## 第11回 南魚沼市ナイトウォークを開催しました 8月1日(土)

夜の市内を歩くイベント「第11回南魚沼市ナイトウォーク」を開催しました。子ども連れの家族や友だち同士など、大勢が参加し、592人が夜のウォーキングを楽しみました。

今年はコースを一新して、浦佐地区の毘沙門堂や八色の森公園、魚沼基幹病院、池田記念美術館などを巡る10キロのコースを歩きました。天候に恵まれた中、参加者たちは汗をかきながら元気に歩き、ゴール後の豚汁やアイスをおいしそうに食べていました。



## 第8回 棚田草刈りアート日本選手権大会が開催されました 7月19日(日)

栃窪地区で第8回棚田草刈りアート日本選手権大会が開催されました。

草刈りアート選手権は、平場より大きな畔を持つ栃窪地区の田で、辛い夏の草刈り作業を楽しもうと始まったイベントです。今年は、21チームが参加し、前日の18日(土)から棚田の畔を大きなキャンパスに見立て、草刈り機や鎌で丁寧に刈り込み、絵や文字を描き出しました。

訪れた人は、山間に広がる棚田そのものものと、眼下に広がる南魚沼の景色とともに、草刈りアートを楽しみました。



# 9月のカレンダー

日にち	行事名・時間・会場など
4日(金)	心理相談 14:00～15:00 子ども・若者育成支援センター1階 相談室
6日(日)	「あらしのよるに」上映会(12～14話) 10:00～11:30 南魚沼市図書館 多目的室
	「シェルパ斉藤」さん講演会～世界の10大トレイルとニッポンのロングトレイル～ 14:00～15:30 南魚沼市図書館 多目的室
10日(木)	若者支援コミュニケーションセミナー 14:00～15:30 子ども・若者育成支援センター2階 音楽室
11日(金)	心理相談 10:00～11:00 子ども・若者育成支援センター1階 相談室
12日(土)	六日町地区 第2回「そだち学級」 10:00～11:30 ふれ愛支援センター
	五十沢地区 第2回「そだち学級」 10:00～11:30 五十沢地域開発センター
	大巻地区 第2回「そだち学級」 10:00～11:20 大巻地域開発センター
15日(火)	わが子の自立を願う家族の集い 13:30～15:30 ふれ愛支援センター
19日(土)	読書のつどい 14:00～15:30 南魚沼市図書館 多目的室
20日(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
25日(金)	第9回農業委員会総会 9:00～ 大和庁舎3階 旧議場
	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
27日(日)	「あらしのよるに」上映会(15～17話) 10:00～11:30 南魚沼市図書館 多目的室
29日(火)	心理相談 10:00～11:00 子ども・若者育成支援センター1階 相談室

## 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」などに利用ください。

- 対象 乳児～小学校入学前の幼児とその保護者
- 時間 9:30～15:30 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

- 9月17日(木) 11:00～
- 支援講座「親子体操」 講師：保育士

### ★六日町会場 ふれ愛支援センター(2F)

毎週 月～土曜日

- 9月11日(金) 11:00～
- 支援講座「親子体操」 講師：保育士

### ★塩沢会場 塩沢庁舎(北棟2F)

毎週 火・水・金曜日

- 9月15日(火) 11:00～
- 支援講座「親子体操」 講師：保育士

※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

【問合せ】子育て支援センター ☎772-7754

## 救急医療

6月から  
変わりました

受入れ準備のためや、より適切な医療機関を案内する場  
合に必要ですので、急病の際に受診を希望する場合は、必  
ず各医療機関に電話で症状を伝えてください。

### ◆魚沼基幹病院 ☎777-3200

緊急度や重症度の高い順に対応するため、診察の順番が  
前後し、待ち時間が長くなる場合があります。

### ◆ゆきぐに大和病院 ☎777-2111

診療時間外は救急外来で対応しています。

### ◆脳神経外科の救急医療 齋藤記念病院 ☎773-5111

脳神経外科の救急の受入れ体制を整えています。

### ◆内科・小児科の休日救急医療当番(軽症者対応)

	日にち	受付時間	医療機関名	電話番号
9月	5日(土)	13:30～16:00	城内診療所	775-2009
	6日(日)	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	12日(土)	13:30～16:00	中之島診療所	782-0130
	13日(日)	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688
	19日(土)	13:30～16:00	湯沢町保健医療センター	780-6543
	20日(日)	9:00～16:00	休日救急診療所	773-6688

### ◆新潟県「小児救急医療電話相談」

☎025-288-2525

夜間に子どもの具合が悪くなったときに利用ください。  
経験豊富な看護師が、必要に応じて小児科医のアドバイ  
スを受けながら相談に応じます。(毎日19:00～23:00)

### 〈医療機関の適切な利用に協力ください〉

通常の診療時間内は医師だけでなく、看護師や検査技  
師、薬剤師などのスタッフが揃っているので、検査や投薬  
などがスムーズに受けられます。できるだけ通常時間内に  
受診しましょう。また、医療や健康のことを気軽に相談で  
きる「かかりつけ医」を持ちましょう。病状に応じて適切  
な医療機関に紹介してもらえるので、いざというときも安  
心です。

【問合せ】医療対策室 ☎773-6706

### 行政 困りごと 相談

9月14日(月) 13:30～15:30 働く婦人の家(浦佐)

9月15日(火) 13:30～16:00 塩沢老人福祉センター

9月17日(木) 13:30～15:30 本庁舎

【問合せ】総務課 防災庶務班 ☎773-6660

### 市民の動き (平成27年7月末日現在)

●人口 58,924人(先月比 -64)

●男 28,798人(先月比 -44) ●女 30,126人(先月比 -20)

●世帯数 19,644戸(先月比 -18)

### 今月の表紙

8月1日、コースを浦佐地区に一新し、開催したナ  
イトウォーク。天候にも恵まれ、さわやかに夏の夜を歩きました。

### 編集後記

9月の声を聞いても暑い日が続いていま  
す。一昔前、稲刈り時期に多く見られた赤  
とんぼ。喜びの収穫の秋は不変ですが、見かけなくなった生き  
物が増えたことを少し寂しく思います。

(秘書広報室 阿部)