



みなみ魚沼

南魚沼市民憲章

【平成19年4月1日制定】

- わたしたち南魚沼市民は、人間を大切にします。
- わたしたち南魚沼市民は、自然を大切にします。
- わたしたち南魚沼市民は、ものづくりを大切にします。

2020 9.15 No.191
(令和2年)

問 問合せ 申 申込み 日 日時 会 会場 期 期間 時 時間
 対 対象 資 資格 定 定員 費 費用 大 締切 内 内容
 講 講師 持 持ち物 他 その他 F ファックス M メール

魚沼基幹病院で 作業停電を実施します

魚沼基幹病院 総務課
☎777-13200

魚沼基幹病院の電気設備の法定点検のため、作業停電を実施します。

日 10月4日(日)

午前7時30分～午後2時

注意

点検作業中は、救急患者の受け入れが困難となりますので、他の休日救急病院などを受診してください。重症（意識がないなど）の場合は、119番で救急車を呼んでください。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

アルコール・薬物 などの治療・回復 プログラム「スマープ」 に参加しませんか

問・申 南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 地域保健課
☎772-18137

「スマープ」は、アルコールや薬物（処方薬を含む）を

やめるための具体的な対処方法を学び、回復を支え合うプログラムです。

日 10月12日(月)、11月4日(水)、11月24日(火)、12月9日(水)

(全4回)

午後2時30分～4時

会 南魚沼市図書館多目的室

対 アルコールや薬物などの問題にお困りで、原則4回すべてに参加可能な人

定 5人

申 電話でお申し込みください。

費 無料

※9月30日(水)

※事前に簡単なアンケートを行います

秋はクマに注意！

問 環境交通課
☎773-6666

昨年と同様に、今年の秋もブナなどの木の実が不作で、人里へクマが多く出没しています。クマは過去に出没した場所に、再び出没する場合があります。栗や柿などの果樹には、クマが登らないように、幹にトタンを巻きましょう。また、収穫は速やかに行い、果樹を

放置しないようにしましょう。

クマ(足跡などの痕跡を含む)を目撃したら、次の内容をご連絡ください

・目撃した日時、場所、目撃時の状況、目撃者名、連絡先(詳しい状況を確認する場合があります)

連絡先

環境交通課

☎773-6666

夜間・休日(当直)

☎773-6666

南魚沼警察署

☎770-0110

クマの出没情報は市ウェブサイトの「クマ出没マップ」で確認できます

市ウェブサイトのトップページ右下「便利なサービス」

↓「公開地理情報システム」

↓「安心安全」↓「地図を見る」↓「クマ出没マップ」↓

出没場所をクリック

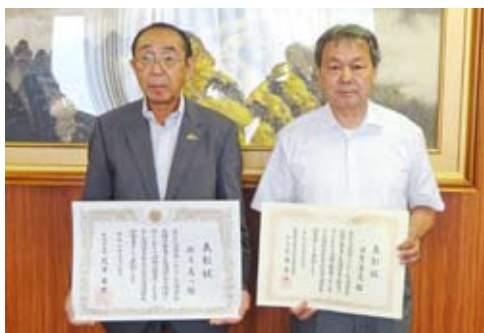
交通安全功労者が 表彰されました

問 環境交通課
☎773-6666

勝又義一さん(美佐島)が交通安全知事表彰を、目黒喜

久夫さん(二日町)が新潟県交通安全対策連絡協議会長表彰を受賞しました。

勝又さんは、交通安全協会の役員として38年以上、目黒さんは19年以上にわたり、地域の交通事故防止に貢献している功績が認められました。



左から勝又さん、目黒さん

本紙に掲載している各種イベントなどは新型コロナウイルスの影響で、中止や延期、内容が変更となる場合があります。最新の情報は、各主催者にお問い合わせください。

南魚沼市長選挙 立候補予定者説明会

問 南魚沼市選挙管理委員会
☎ 77316434

11月15日(日)投票予定の市長選挙の立候補予定者説明会を開催します。

日 10月12日(月) 午後1時30分

会 本庁舎2階 大会議室

対 立候補予定者か代理人

※1候補者あたり2人まで出席可

南魚沼市長選挙の 投票所の立会人募集

問・申 南魚沼市選挙管理委員会
☎ 77316434

11月15日(日)投票予定の市長選挙の期日前と当日の投票立会人を募集します。

期日前投票立会人

期 11月9日(月)～14日(土)

※複数日申込み可

時 午前8時30分～午後8時

立会投票所 本庁舎、大和庁舎、塩

沢庁舎、南魚沼市図書館

募集人数 42人以内

報酬 1日9,600円

当日投票立会人

日 11月15日(日) 午前7時～午後6時

立会投票所 自分の投票する投票所

募集人数 各投票所2人

報酬 10,900円

共 選挙人名簿に登録されており、候補者やその関係者などでない人

申 9月23日(水)～30日(水)

※電話でお申し込みください

他 申込者多数の場合は抽選で決定します。立会日や投票所など、希望に添えない場合があります。食費・交通費は自己負担です。



稼働停止となった旧下水道 処理施設の利用者募集

問 下水道課下水道工務係
☎ 77412740

旧農業集落排水処理区域が公共下水道に統合されたことに伴い、稼働停止となった下水道処理施設の利用促進のため、利用者を募集中です。

三用北部クリーンセンター

所在地：雷土706番地1

敷地面積…1,388㎡

三用南部クリーンセンター

敷地面積…2,574㎡

大巻排水処理施設

敷地面積…1,480㎡

他 市ウェブサイトに「旧下水道処理施設」で検索）に施設の写真を掲載しています。

※利用手続きなど詳しくは、お問い合わせください

令和3年度入園児募集

問 子育て支援課 保育班
☎ 77316822

保育での利用(2・3号認定)

受付期間

10月15日(木)～11月2日(月)

令和3年度の保育園・認定こども園・小規模保育施設の入園児を募集します。

就職、産休・育休明けなどで年度途中からの入園を希望する人も、受付期間内にお申し込みください。年度途中の急な入園は、受け入れが難しくなります。

詳しくは、10月9日(金)から子育て支援課、子育ての駅「ほのほの」、大和・塩沢市民センター、各保育園などで配布する入園案内と申込書

(市ウェブサイトからダウンロード可)をご覧ください。

対 保護者の就労や疾病などにより、保育園などでの保育の必要性がある人

注意

・国外にいる子どもは、入国してから入園の申込みを受け付けます。

・令和3年4月1日以降に出生予定の子どもは申し込みできません。(出生後に申し込みを受け付けます)

※7月の要支援児入園募集による内定者は除く

申 子育て支援課、子育ての駅「ほのほの」、大和・塩沢市民センター、第1希望の保育園などに申込書を提出してください。

※土・日曜日、祝日は除く。市外の保育園などに入園を希望する場合は、子育て支援課にご相談ください

教育での利用(1号認定)

教育認定で入園を希望する人は、各園にお申し込みください。

対 3歳以上の子どもの保護者で就労などにかかわらず、認定こども園での教育を希望する人。

申 願書の配布・受付期間は各園で異なります。詳しくは、3ページの表をご覧ください。

令和3年度 教育（1号）認定入園児募集

園名・問・申	募集定員 (在園児分除く)				願書		入園説明会 ※下記日程以外は 随時開催。 各園にお問い合わせ させていただきます	入園 面接日
	満 3 歳	3 歳	4 歳	5 歳	配布・受付	配布場所		
むいかまちこども園 ☎772-4577 ✉hanasatoyuki@gmail.com	5人	5人	3人		配布 10/9(金)～ 受付 10/15(木)～11/2(月) 時 8:30～17:30 ※10/9(金)は10:00～受付、11/2(月)は17:00締め切り ※定員を超えた場合は、抽選(抽選日11/7(土))	むいかまちこども園、市役所各庁舎	10/15(木) 10:30～11:00 説明会、11:00～11:30園内見学	11/27(金) (※1)
金城幼稚園・保育園 ☎782-0608 ✉info@kinjou.ac.jp	8人	10人	若干名	若干名	配布 10/9日(金)～ 受付 10/14日(水)～ 時 8:30～17:00 ※定員を超えた場合は、抽選	金城幼稚園・保育園、塩沢金城わかば児童館、市役所各庁舎	10/14(水) 10:00～11:45 説明会、11:50～12:20園内見学 申 予約が必要	10/14(水) 以降随時
めぐみ野こども園 ☎773-5257 ✉megumino@image.ocn.ne.jp		3人	若干名	若干名	配布 10/8(木)～ 受付 10/15(木)～ (先着順)	めぐみ野こども園、市役所各庁舎	10/8(木) 10:00～11:00 園内見学と説明会	11/16(月) 以降随時
南魚沼どろんこ保育園 ☎788-0592 ✉minami-uonuma@doronko.biz		5人	若干名	若干名	配布 10/9(金)～ 受付 10/15(木) (先着順)	南魚沼どろんこ保育園、市役所各庁舎	10/1(木) 10:00～10:30 説明会、10:30～11:00園内見学	11/2(月) 以降随時
野の百合こども園 ☎772-2627		5人	若干名	若干名	受付 10/9(金)～ 受付 10/15(木)～ (先着順)	野の百合こども園、市役所各庁舎	9/28(月)、10/9(金) 10:00～11:00 園内見学と説明会 申 予約が必要	11/16(月) 以降随時
わかば保育園 ☎778-2038 ✉wakaba@kinjou.ac.jp		3人	1人	1人	配布 10/9(金)～ 受付 10/15(木)～ (先着順)	わかば保育園、市役所各庁舎	9/29(火) 15:00～16:00 説明会と園内見学	11/16(月) 以降随時
浦佐認定こども園 ☎777-5560 ✉kodomoen01@moegien.jp		7人	若干名	若干名	配布 10/9(金)～ 受付 10/15(木)～	浦佐認定こども園、市役所各庁舎	・公設民営につき入園は市が決定 ・決定後に説明会などを実施	随時 (※2)

(※1) 入園面接日に都合がつかない場合は、ご相談ください

(※2) 面接日はお問い合わせください

arbeeCUPオクトーバー！ ラン&ウォーク2020

問 オクトーバー・ラン&ウォーク大会事務局（一般社団法人アールビーズスポーツ財団内）

☑ october@runners.co.jp

ランニングやウォーキングをした距離をスマートフォンに記録し、家族や仲間、地域の人たちと距離を競います。

参加者には、オリジナルスポーツグッズなど総額5,000万円分が抽選で当たります。

全国115以上の参加自治体との対抗戦も同時開催されます。

運動習慣のある人、これから運動を始める人、南魚沼市健康ポイント事業の参加者など、誰でも無料で参加できます。

開催期間 10月1日(木)～10月31日(土)

申 ランニングの部

指定アプリ「TATTA」をダウンロードし、会員登録（無料）後、イベントページからお申し込みください。

ウォーキングの部

指定アプリ「SPORTS TOWN WALKER」をダウンロードし、会員登録（無料）後、ログインすると申込みが完了します。

申込み期限 10月31日(土)まで
主催 一般社団法人アールビーズスポーツ財団

※詳しくは、オクトーバーラン&ウォーク2020のウェブサイトをご覧ください（次のQRコードを読み込むと、大会ページが表示されます）



広域交流ミーティングパーティー 「恋めぐりん 南魚沼く絵本の縁結び読書会パーティー」 参加者募集

問・**申** 株式会社アクセス・ネットワーク

☎ 025-288-5145

絵本の読み聞かせ体験で、感想を共有することで自然に打ち解けられます。新しい出会いを見つけてみませんか。

新型コロナウイルス感染症の対策をして開催します。

日 11月1日(日) 午後3時～6時

会 南魚沼市図書館 多目的室

対 独身で25歳以上の男女（45歳からいまで）

内 ・絵本読み聞かせタイム

・1対1自己紹介タイム
・フリートタイム
・カップリング

※アルコールは提供しません
費 男性1,500円、女性500円

定 男女各10人

※定員に達した場合は抽選

メ 10月18日(日) 午後9時

※申込み方法など詳しくは、イベントクラブアクセスのウェブサイトをご覧ください

認知症の症状と 介護のワンポイント講座

問・**申** 南魚沼市地域包括支援センター

☎ 773-6675

認知症の症状と介護の方法を中心に学ぶ、認知症サポーター養成講座を開催します。

9月は世界アルツハイマー月間です。この機会に認知症について学んでみませんか。

日 9月26日(土) 午前10時～11時30分

会 ふれ愛支援センター 大会議室

定 10人（先着順）

申 電話でお申し込みください。

講 保健師・認知症地域支援推進員

注意

・当日は自宅で体温を測定し、マスクを着用しておこしください。

・体調がすぐれない人や2週間以内に感染拡大地域などへの行き来がある人、対象地域の人と接触がある人は参加をご遠慮ください。

秋の全国交通安全運動

問 環境交通課

☎ 773-6666

スローガン『あおらない 優しい気持ちで 走る秋』

9月21日(月・祝)～30日(水)までの10日間「秋の全国交通安全運動」が実施されます。

運動の重点

・子どもをはじめとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
・横断歩道での歩行者優先（新潟県重点）

・高齢運転者などの安全運転の励行
・夕暮れ時と夜間の交通事故防止
・飲酒運転などの危険運転の防止

9月30日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」

記録の残る昭和43年以降、全国では毎日、交通事故が発生しています。

一人ひとりが交通ルールを守り、いつも以上に交通事故の防止に努めましょう。

普通救命講習Ⅰ

問・申 南魚沼市消防本部 警防課 救急係

☎78215331

いざというとき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）の取り扱いなど、実技を中心にした講習です。受講者には修了証を交付します。初めての人も気軽にお申し込みください。

日 10月17日(土) 午前9時～正午

会 南魚沼市消防本部〔竹俣〕

定 20人

費 無料

※ 10月10日(土)

※新型コロナウイルス対策のため、必ずマスクを着用し、実技のできる服装でおこしください

「チャレンジ教室」参加者募集 ～男性のための65歳からの健康づくり～

問・申 南魚沼市地域包括支援センター

☎77316675

めざせ安全運転！

身体機能や反射神経を鍛えます。教室に参加して、健康づくりや介護予防に取り組みませんか。

日 10月27日、11月17日、12月22日、令和3年1月19日、2月16日、3月16日の火曜日（全6回）
午前10時～11時

対 市内に住所がある65歳以上の男性

定 15人

会 ふれ愛支援センター 多目的ホール

費 500円（6回分）

申 電話でお申し込みください。

※ 10月16日(金)

内 安全運転についての講話、身体機能や反射神経を鍛える運動

パブリックコメント（意見募集） 第2次南魚沼市総合計画 後期基本計画（案）

問 企画政策課

☎77316672

市のまちづくりを推進するための、基本的な考えと具体的な施策を体系的に示す「第2次南魚沼市総合計画後期基本計画」（計画期間…令和3年度～令和7年度）の案をまとめました。

計画を策定する過程で、市民のみなさんの意見・提案を計画に反映させるため、意見を募集します。

なお、本計画には、「南魚沼市まち・ひと・しごと創生総合戦略」の第2期計画も組み込んでいます。

※お寄せいただいた意見は、市の考え方とともに公表します。ただし、個々の意見に直接回答しません。あらかじめご了承ください

閲覧・意見募集期間

9月18日(金)～10月16日(金)

閲覧・配布窓口

・企画政策課、大和・塩沢市民センター

・市ウェブサイト（「第2次南魚沼市総合計画後期基本計画」で検索）

意見の提出方法

住所・氏名を明記し、「第2次総合計画案パブリックコメント」と記入して、次の①～⑤のいずれかの方法でご提出ください。（記入用紙が必要な人は、お申し出ください）

① 窓口に参加
閲覧・配布窓口にて、書面をご持参ください。

② 郵送 〒949-1669 6
南魚沼市六日町180番地1

③ ファックス 772-13055
南魚沼市役所 企画政策課宛て

④ メール kikaku@city.
minamiuonuma.lg.jp

⑤ 市ウェブサイト
入力フォームに入力して送信

※電話や口頭など、記録に残らない方法では受け付けません

寄せられた意見と市の考え方の公表
予定時期 12月15日(火)

森林整備と財源のあり方 検討委員会の検討結果

問 新潟県 林政課 計画調整係

☎025128015322

森林は水源かん養や山地災害防止など、さまざまな公益的機能を有しています。しかし、県内では手入れが十分ではない森林があり、機能の低下が心配されています。

県では、有識者からなる委員会を設置し、これまで公益的機能を維持・保全するために必要な森林整備と財源のあり方について検討を行ってききました。

検討結果を取りまとめ、県ウェブサイト（「森林整備と財源のあり方検討委員会」で検索）に掲載しています。ぜひ、ご覧ください。
※次のQRコードを読み込むと県ウェブサイト上の検討結果のページが表示されます



司法書士無料相談週間

問・申 新潟県司法書士会

☎025124415121

新潟県司法書士会では、10月1日の「法の日」にちなみ、無料で法律相談に応じます。

期 10月1日(木)～7日(水)

会 新潟県内の各司法書士事務所

※時間は各司法書士事務所の営業時間。土・日曜日に相談を希望する場合は、相談予定の事務所に事前にお問い合わせください

相談内容 市民生活一般に関する法律相談（登記・訴訟・相続・成年後見・多重債務・悪徳商法など）

司法書士による講演・無料相談会

相続手続き、遺言などについての講演・無料相談会を開催します。

日 10月4日(日)

講演：午後1時～1時45分

相談会：午後2時～5時

会 2会場で同時開催

・新潟県司法書士会館〔新潟市中央区笹口1丁目〕

・アオーレ長岡 西棟3階 市民交流ホールB・C〔長岡市大手通1丁目〕

目

定 各会場とも講演会30人、相談会20人（それぞれ先着順）

※事前に予約が必要

定員になり次第締め切り

無料相談会での相談内容

相続や遺言などに関する事

※相談時間は1人30分

臨床心理士による

「心の相談会」秘密厳守

問・申 子ども・若者育成支援センター

☎77316616（9月30日）

☎78811951（10月5日）

あなたが抱えている悩みを話してみませんか？

対 市内在住のニート・ひきこもり・

高等学校不登校などに悩む義務教

育終了～39歳の若者と家族

日 ①10月8日(木) 午前10時～11時

②10月23日(金) 午後2時～3時

会 子ども・若者相談支援センター〔塩沢〕

※10月1日に、旧塩沢保育園に移転し、施設名が変更になります

メ ①10月6日(火) ②10月21日(水)

申 電話でお申し込みください。

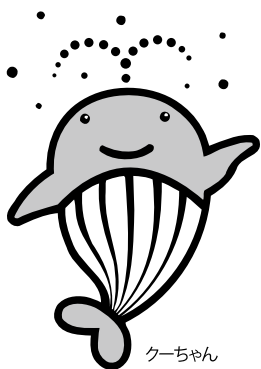
10・11月訓練コース受講生募集

問・申 魚沼サンティックスクール
☎772-4554 ☒778-1158

訓練コース ※すべて南魚沼市中小企業研修受講料補助金の対象コース

コース名	実施期間	曜日	時間
エクセル応用	10/8～10/26(全6回)	月・木	18:30～21:30
Jw-Cad 土木・測量編	10/2～10/30(全9回)	火・金	18:30～21:30
スキーインストラクター向け英会話レッスン	10/21～12/16(全9回)	水	18:30～20:30
第2種電気 実技（受験対策）	10/27～12/9 (10/28(水)、11/3(火・祝)) を除く全12回	火・水	18:30～21:30
第1種電気 実技（受験対策）	11/12～12/10 (11/23(月・祝)) を除く全12回	月・木・金	18:30～21:30

※申込者が少数の時は、開講できない場合があります。詳しくは、お問い合わせください



クーちゃん

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ1,000万円

(1等1千万円)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月23日(水) 2種類同時発売! 発売期間 9/23(水)～10/20(水)
抽せん日 10/27(水)

公益財団法人新潟県市町村振興協会

各1枚 300円

未来の健康のために

～うおぬま地方の健康調査～
魚沼コホート研究(※)

新潟大学大学院 医歯学総合研究科 健康増進医学講座 南魚沼分室
〒949-7302 南魚沼市浦佐4132
新潟大学地域医療教育センター・
魚沼基幹病院内
☎775-7876 F777-2766
URL <http://www.facebook.com/NUHPM>



(※)「コホート研究」とは、住民の生活習慣や体質などの違いによって、時間が経過したあとの健康状態がどのように変化したかを長期間にわたって調べる研究です

「新型コロナウイルスに負けない！」免疫と心の健康 (令和2年8月上旬作成)

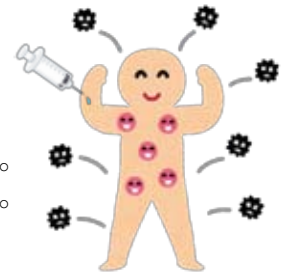
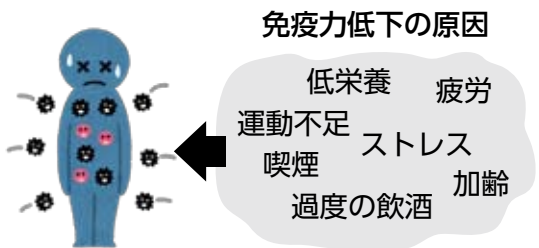
1 免疫とは？

ウイルスなどの病原体が体内に侵入して感染症にかかると、一般的には体内で抗体が作られたり、病原体に対する情報を記憶したりします。そのため、次に同じ病原体が体内に侵入した場合には、抗体や記憶した情報で攻撃の準備ができます。この仕組みを「免疫」といいます。

免疫機能は、疲労やストレス、運動不足などによって低下することがあります。

予防接種(ワクチン)の役割

予防接種は免疫の仕組みを利用した感染予防対策です。病原体を弱毒化・無毒化したワクチンをあらかじめ接種することで体内に免疫をつくり、感染しない、もしくは重症化しないようにします。また、多くの人が予防接種により免疫を獲得していると、集団の中に感染者が出ていても流行を抑えられる集団免疫効果が期待できます。予防接種を受けることができない人や免疫力の弱い人を守ることもつながります。新型コロナウイルスについても、集団免疫を早期に獲得するために、ワクチンの開発は喫緊の課題となっています。



2 WHO (世界保健機関) の心の健康に関する提言

新たな感染症の発生は、人体への害だけでなく、不安や恐怖、外出自粛、隔離によるストレス、偏見、差別などがもたらす心への害も大きな問題です。心の健康を保つための対策を、WHO公式情報特設ページから抜粋して紹介します。

- ・多くの情報に触れると、不安がさらに増大する可能性があります。正しい情報を適度に入手しましょう。
- ・感染症に対して、不安や恐怖を感じることは普通のことです。自分の気持ちを他の人に話すことで不安が和らぎます。
- ・ストレスを和らげる目的で、たばこやアルコールを過剰摂取することは避けましょう。

参考：世界保健機関健康開発総合研究センター (WHO神戸センター：WKC) ウェブサイト：
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 一般向け特設ページ内「メンタルヘルスと COVID-19」 (https://extranet.who.int/kobe_centre/ja/covid/covid-public)



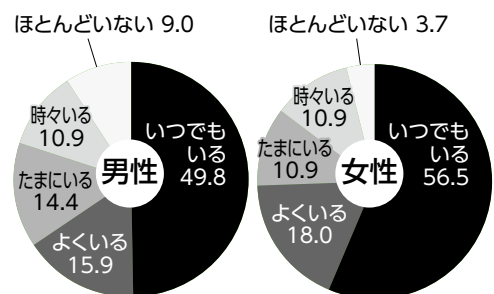
3 不安な事は1人で抱えず、誰かに話しましょう

「うおぬま地方の健康調査アンケート」で「必要な時にあなたの話を聞いてくれる人がいますか？」という質問に対し、「いつでもいる」「よくいる」と回答したのは、男性65.7%、女性74.5%で、「ほとんどいない」と回答したのは男性9.0%、女性3.7%でした。(回答者38,256人：男性18,144人、女性20,112人)

不安を抱える人が、みなさんの近くにいるかもしれません。誰かと会話をする事で、不安な気持ちが和らぐことがあります。

新しい生活様式を取り入れた対話のほか、電話や手紙、SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)などを活用して、会話をするのもよいでしょう。

参考：うおぬま地方の健康調査 魚沼コホート研究ベースライン調査データ集
※端数処理の関係で数値が参考文献と整合しない場合があります



魚沼テクノスクール 入校生募集

問・申 新潟県立魚沼テクノスクール
 025-1794-2410

測定基礎コース

対 測定の基礎を学びたい人・ものづくり業務に携わって間もない人

期 10月1日(木)～8日(木)
時 午前9時30分～午後4時30分

会 魚沼テクノスクール

講 金谷修さん(厚生労働省)

定 10人
費 4,700円

メ 9月25日(金)

高齢運転者について 考える交通安全講習会

問・申 新潟県 県民生活課 交通安全対策室
 025-1280-5136

高齢運転者について考える交通安全講習会を開催します。高齢者の安心安全な運転のために、本人が気をつけること、家族にできることを学びませんか。

日 10月18日(日)
 午後1時30分～3時30分
会 ふれ愛支援センター

内 第一部 基本講演(1時間)

「高齢ドライバーの弱点とこれからの基本運転術」

第二部 交通漫談

「笑って学ぼう交通安全」
他 講習会終了後、運転免許センター職員による予約制の相談会を実施

定 50人(先着順)
費 無料

メ 10月14日(水)

※詳しくは、お問い合わせください

事業者向け生産現場で使うHACCPセミナー 参加者募集

問・申 商工観光課
 773-6665

6月から食品を扱う全事業者に対してHACCPによる衛生管理が義務化されました。(令和3年6月までは猶予期間)

HACCPの考え方を取り入れた衛生管理の基礎を学ぶセミナーです。ぜひ、ご参加

ください。
日 10月5日(月)
 午前9時30分～11時30分
会 六日町商工会

定 15人(先着順)

申 電話でお申し込みください。
費 無料

メ 9月30日(水)

ハシの縁側。ピアサポート講座 経験者語ろう・聴こう・共有しよう

問 相談支援センターみなみうおぬま
 770-11331
 770-10980
魚野の家
 770-10857

ピアとは英語で「仲間」を意味し、「ピアサポート」は、同じような経験や苦しみ、悩みを共有する人達が仲間として互いに支え合うことをいいます。

この講座は、精神疾患や精神障がいを持つ人と、その家族や支援者を対象にピアサポートの理解を深め、相手の話を「聴く」時の態度や心構えについて、グループワーク

などを交えて学びます。講師と実行委員がグループワークを実演しますので、初めての人でも安心して参加できます。

日 10月9日(金)、10月30日(日)
 午後1時～4時30分

※講座内容は2日間とも異なります。ぜひ、どちらもご参加ください

会 ふれ愛支援センター2階 多目的ホール

申 相談支援センターみなみうおぬまに、電話かファックスでお申し込みください。

メ 9月30日(水)
講 相川章子さん(聖学院大学教授) ほか

JR石打駅の無人化

問 JR東日本お問い合わせセンター
 050-2016-1600
 (受付時間: 午前6時～午前0時)

JR石打駅は、9月30日(水)で係員による案内業務を終了し、10月1日(木)からは無人駅となります。

なお、近距離切符は、引き

続き自動券売機で販売しています。
 ※石打駅に備え付けのテレホンスピーカーで、JR越後湯沢駅の社員と会話することが出来ます

健友館で乳がん検診・骨粗しょう症検診を実施しています

問・申 ゆきぐに大和病院 健友館
 777-4477

住民健診や職場健診の実施対象年齢に該当しない人でも、乳がん検診・骨粗しょう症検診が受けられます。ぜひ、お申し込みください。

期 令和3年3月24日(水)まで
 (祝日を除く水・木曜日に実施)

時 午後2時～3時
定 1日5～10人
会 ゆきぐに大和病院 健友館
費 乳がん検診(マンモグラフィ2方向)・・・4,400円、骨粗しょう症検診・・・3,000円、両方実施の場合・・・6,600円

南魚沼市民会館

受付 8:30~17:15

9月の休館【23日(水)、28日(月)】

☎773-5500 F772-8161

URL <http://www.6bun.jp/kaikan/>

令和2年度優秀映画鑑賞推進事業

『時代を魅了した異端のヒーローたち』

見るものを引きつけて止まない異端のヒーローたち。シリーズ化やリメイクにより、時代を超越するアイコンとなった主人公を描く作品をお楽しみください。

日・内

9月26日(土)

10:00~11:57 次郎長三国志

12:40~14:26 不知火検校

14:45~16:31 網走番外地

9月27日(日)

10:00~11:46 網走番外地

12:30~14:34 人生劇場 飛車角と吉良常

14:50~16:47 次郎長三国志

会 市民会館 多目的ホール

費 全席自由 1,000円 (2日間通し券)

小学生以下無料

※当日券のみを市民会館で販売します。当日はマスクをご着用ください



池田記念美術館

開館 9:00~17:00 (入館 16:30まで)

9月の休館【16日(水)、23日(水)、30日(水)】

☎780-4080 F777-3815 URL <http://www.ikedart.jp/>

入館料:大人500円・高校生以下無料

「第21回八海山夢展」

期 10月4日(日)まで

地元の美術愛好家を中心に、絵画・書道・写真・水石・工芸の5部門、約100人の作品を展示。当初予定していた会期を変更して開催します。

今泉記念館アートステーション

開館 9:00~17:00 (入館 16:30まで)

9月は毎日開館します

☎783-4500 F783-3388

URL <http://www.michinoeki-minamiuonuma.jp/imaizumi-kinenkan/>

入館料: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」

企画展 期 11月15日(日)まで

美しき日本の風景

葛飾北斎を始め、歌川ひろしげ、横山たいかん、片岡たま子など、当館が所蔵する巨匠たちの作品が登場します。富士山や金閣寺、当時の人びとが描かれた作品をご覧ください。

南国の摩訶不思議な世界

パプアニューギニアを中心とする南太平洋地域は、独自の文化を発達させてきました。今では、パプアニューギニアからの持ち出しが禁止されている、貴重な民族美術のコレクションを多数展示します。

鈴木牧之記念館

開館 9:00~16:30

9月の休館【15日(水)、23日(水)、29日(水)】

☎F782-9860 URL <http://www.6bun.jp/bokushi/>

観覧料:大人500円/小中高250円(市内小中学生は無料)

「北越雪譜いろはかるた」の紹介

「つねならむ」の「ら」は

「乱舞する雪 雪 雪 大吹雪」

吹雪の時、雪は上下左右から冷たく吹き、前も見えなくなります。

吹雪に遭遇して命を落とす人が多くいました。



トミオカホワイト美術館

開館 9:00~17:00 (入館 16:30まで)

9月の休館【16日(水)、23日(水)、30日(水)】

☎775-3646 F775-3650 URL <http://www.6bun.jp/white/>

入館料:一般500円・小中高250円(市内小中学生は無料)

市民無料の日:18日(金)、28日(月)

開館30周年記念「白と黒の詩」

期 11月24日(火)まで

独自の白油絵具「トミオカホワイト」と技法によって生み出された作品を年代順に展示しています。



大雪山・噴煙

開館30周年記念 ミュージアムコンサートの中止

11月4日(水)に開催を予定していた「ミュージアムコンサート」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止します。

ディスポート南魚沼

暑さも和らぎ体を動かすのに、ちょうどよい季節になってきました。ディスポートで気持ちのいい汗を流してみませんか？

施設	料金	営業時間
プール	高校生以下 300円/回	火～土曜日 13:00～21:00 日曜日・祝日 10:00～16:00
	一般 610円/回	
	60歳以上 300円/回	
トレーニングルーム (中学生以上利用可)	300円/回	火～土曜日 9:00～21:00 日曜日・祝日 9:00～17:00
ランニングトラック	100円/回	火～土曜日 9:00～21:30 日曜日・祝日 9:00～17:00
スラックラインパーク〈屋外〉 (5歳(年長)児以上利用可)	100円/回	火～土曜日 9:00～日没 日曜日・祝日 9:00～17:00
アリーナ ※予約状況を確認し、 ご利用ください	1/4面 520円/時間	月～土曜日 9:00～21:30 日曜日・祝日 9:00～17:00
	半面 1,070円/時間	
	全面 2,140円/時間	

※プール、トレーニングルーム、ランニングトラック、スラックラインパークでは、お得な定期券や回数券を用意しています。フロントでお買い求めください。
 スラックラインパークの5歳(年長)児の利用は保護者の同伴が必要



10月 にこにこ広場

にこにこ広場は入園前のお友だちが対象です。 ※来園時は検温と保護者のマスク着用にご協力ください

日	曜日	園名・電話番号	時間	内容
6	火	上原 ☎775-2114	9:45～10:45	保育園へようこそ
		四十日 ☎776-3551		保育園で遊ぼう
7	水	大崎 ☎779-2762	10:00～11:00	お庭で遊ぼう(雨天:室内遊び)
		五日町 ☎776-2155		りす組と遊ぼう
8	木	牧之 ☎782-1746	10:00～	人形劇(中止の場合:室内遊び)
		あおば ☎775-2274		ひろいホールで遊びましょう
20	火	舞子 ☎782-0436	9:45～10:45	お外で遊ぼう(雨天:室内遊び)
		藪神 ☎777-2331		保育園で遊ぼう
		西五十沢 ☎772-3044	10:00～10:45	
21	水	赤石 ☎779-3008	9:45～10:45	りす1組と遊ぼう
		上関 ☎783-2956		体を動かして遊ぼう
22	木	石打 ☎783-3624	9:45～10:45	ハロウィン飾りを作ろう
		八幡 ☎772-2715		保育園で遊ぼう
28	水	宮 ☎774-2066		

10月のあそびのひろば

※新しい生活様式（マスク着用、検温や体調確認など）にご協力ください

園名・電話番号	内容	日程(祝日は除く)	時間
浦佐認定 こども園 ☎777-5560	自由来館	木・日曜日以外	10:00～16:00
	身体測定・カレンダー作り	月2回	10:00～11:15
	誕生日会、発育講座、英語で遊ぼう、わらべうたで遊ぼう、絵本を楽しもう、体を動かして遊ぼう、作って遊ぼう、ベビーマッサージ、親子運動教室など	日程、内容、申込みについては、毎月発行している子育て支援だより「ひだまり」をご覧ください。	
支援センター開放	月～金曜日	10:00～15:00	
身体測定	月曜日		
親子で手づくり・誕生会・リフレッシュデーハープで手作り・子育てのお話（看護師・栄養士・歯科衛生士）・ちくちくあみあみ（編み物と縫物）・マタニティーサロン	日程、内容、申込みについては、毎月発行のフリーペーパーをご覧ください。		
わかば保育園 ☎778-2038	わくわくコーナー（園開放）	月・火曜日	10:00～15:00
	親子保育体験日	月2回	10:00～12:00
	きらめき工作	月1回水曜日	10:00～12:00
金城幼稚園・ 保育園 ☎782-5163	自由来館（ランチルームあります）	水曜日以外	10:00～18:00
		水曜日	13:00～18:00
	あそびの広場、リフレッシュ講座、あかちゃんランド、プレママ・プレパパ、アロマ講座、ハッピー子育て講座、モグモグ広場、手作り広場、すこやかキッチン、親子保育園体験、プレキンダースクール	日程、内容、申込みについては、毎月発行している「塩沢金城わかば児童館だより」をご覧ください。	
ママ'sカフェ（ママ同士でティータイムしましょう）	10月15日(木)	10:30～11:30	
南魚沼 どろんこ保育園 ☎788-0592	自然食堂（要申込み）	水曜日	
	芸術学校・寺親屋・自然学校（内容は週により変わります）	金曜日	10:00～12:00
	青空保育（道の駅南魚沼「雪あかり」）	毎月1回木曜日	10:30～12:00
	身体測定・誕生会	月1回	
めぐみ野こども園 ☎773-5257	にこにこデー	月2回火曜日	10:00～11:00

※むいかまちこども園（☎772-4577）は、直接園にお問い合わせください。

上町保育園（☎773-6187）は令和2年度のあそびの広場を中止します。

各施設では、子育てに関する相談も受け付けています

- 高齢者の感染防止や重症化を予防するため、基礎健診と胃がん検診は74歳以下（昭和21年4月1日以降生まれ）の人を対象に実施します。
 - 肝炎ウイルス検査、風しん抗体検査は、基礎健診の会場で実施しています。
 - 人数調整を行い、健診日程を決定したため、健診日の変更ができない場合があります。
- ※「新しい」住民健診カレンダー」を確認の上、受診してください。詳しくは、お問い合わせください

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場
20日(火)	7:30 ~ 10:30	基礎健診、64歳以下の胃がん・大腸がん・肺がん・結核・子宮頸がん・乳がん検診	前原町、門前、高田、山崎、堂島新田、大倉、名木沢	健友館
21日(水)	13:00 ~ 14:30		雷土、谷地、山崎新田、桐沢、北、九日町、城山新田	
22日(木)	※胃がん検診は午前のみ、子宮頸がん検診は7:30 ~ 8:20		茗荷沢、茗荷沢新田、荒金、八色原、国際町、上一、原小路	
24日(土)	7:30 ~ 10:30	65歳～74歳の胃がん検診	黒土新田、一村尾、今町	
31日(土)			前原町、門前、高田、谷地、山崎、山崎新田、堂島新田、荒山、大倉、船ヶ沢新田、芹田、北、名木沢	
8日(木)			子宮頸がん検診のみ	
10日(土)	8:00 ~ 8:20	子宮頸がん・乳がん検診のみ	上一、市野江、一村尾①、今町	
8日(木)			穴地、市野江、一村尾①、今町	
10日(土)			前原町、山崎、芹田、一村尾②	
27日(火)	9:00 ~ 11:00 13:00 ~ 15:00	骨粗しょう症検診 ※女性のみ	大和地域	市民会館

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場	
1日(木)	8:00 ~ 11:00 13:00 ~ 14:30	基礎健診 胃がん・大腸がん検診	清水瀬、野中、土沢、舞台、畔地、深沢、大和町1丁目、栄町、若葉町	塩沢公民館	
2日(金)			※胃がん検診は午前のみ		広堀、中手原、山口、岡、妙音寺、上出浦、下出浦、法音寺、稲穂ヶ丘、上原、新堀
3日(土)			小川、津久野、津久野下新田、坂戸		
10日(土)			五日町3区、余川本町、学校町3丁目、上町1丁目3区		
12日(月)	8:30 ~ 11:00 13:00 ~ 15:30	肺がん・結核検診	泉、泉新田、長森新田、仲町、大和町2丁目、上町1丁目2区、沖町	市民会館 多目的ホール	
13日(火)			長森、麓、日の出町、原、蛭窪、永松、京岡、京岡新田、中川、中川新田、金城、山谷、宮村下新田		
14日(水)			津久野上新田、緑町、上町1丁目1区、西泉田、上大月		
15日(木)			畔地新田、宮、岩崎、小栗山		
26日(月)	9:00 ~ 11:00 13:00 ~ 15:00	子宮頸がん・乳がん検診	宮、岩崎、津久野上新田、津久野、津久野下新田、緑町		
27日(火)			広堀、中手原、山口、岡、妙音寺、新堀、新堀新田、下原、下原新田、北田中、二日町		

日にち	受付時間	健診内容	対象行政区	会場	
12日(月)	8:00 ~ 11:00 13:00 ~ 14:30	基礎健診 胃がん・大腸がん検診	金清坊、八竜、中野、古川、小杉、大木六、吉山、大木六原	塩沢公民館	
13日(火)			※胃がん検診は午前のみ		一分区、二分区、上十日町、天野沢
14日(水)			広道、原芝野、横新田、三分区		
15日(木)			上神字、滝谷、沢口、一之沢、姥沢、台上、蟹沢、清水、島新田、樺野沢		
1日(木)	8:30 ~ 11:00 13:00 ~ 15:30	肺がん・結核検診	竹俣、竹俣新田、片田、思川、岩之下、栃窪、北山、目来田、上野	塩沢保健センター	
2日(金)			大沢、大和、石打		
3日(土)			南田中、砂押、君沢、下一日市、上一日市、宮野下		
5日(月)	9:00 ~ 11:00 13:00 ~ 15:00	子宮頸がん・乳がん検診	一分区、三分区、泉盛寺、柄沢、坪池		
7日(水)			仙石、徳田、中子、五郎丸、大和、上野、石打		
26日(月)	9:00 ~ 11:00 13:00 ~ 15:00	骨粗しょう症検診 ※女性のみ	上田、塩沢①	市民会館	



次に該当する子どもや同伴者は、健診の参加を自粛してください。

- ・実施日の2日前～当日のいずれかに発疹・下痢・おう吐・目の充血などの症状がある場合
 - ・37.5度以上の発熱や咳など、軽い風邪の症状が続く場合
 - ・息苦しさ、強いだるさ、高熱などの症状がある場合
- 持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、健診の受診ができない場合や日程が変更となる場合があります。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください

事業	対象	北部(大和地域、大巻・城内・五十沢地区) 健友館(大和病院となり)		南部(六日町地区、塩沢地域) 塩沢保健センター	
		日にち	受付時間	日にち	受付時間
4か月児健診	令和2年6月生	10月30日(金)	13:00～13:10	10月29日(木)	13:20～13:30
10か月児健診	令和元年12月生	生後10か月になったら、受診票を使って医療機関で受けましょう。BCG接種期限まであと2か月です。			
1歳児歯科健診 フッ化物塗布	令和元年9月生 南部は8月生も含む	11月に実施 ※北部は、奇数月のみ開催		10月28日(水)	13:00～13:10
1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布	平成31年3月生	10月9日(金)	13:00～13:10	10月16日(金)	13:00～13:10
2歳児歯科健診 フッ化物塗布	平成30年9月生	11月に実施 ※北部は、奇数月のみ開催		10月27日(火)	13:00～13:10
2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	平成30年3月生	10月1日(木)	9:00～9:10	10月20日(火)	13:00～13:10
3歳児健診・歯科健診 フッ化物塗布	平成29年9月生	10月8日(木)	13:00～13:10	10月21日(水)	13:00～13:10

講座・教室名	対象	日にち	受付時間	会場	申込み
育児力アップ講座 もぐもぐ教室 (離乳食教室)	令和2年3月生	10月14日(水)	13:30～13:45	子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」	事前に 保健課に申込み

5歳(年中)児の発達相談

5歳になる子どもを対象に、発達相談を行っています。
3歳児健診後～就学の間「軽度の知的障がい」や「コミュニケーションが苦手」などがわかることがあります。また、「集中力が続かず、人の話をよく聞けない」、「順番やルールを理解しにくい」などの行動をとる子どもが増えてきているようです。

就学までの1年以上の間に、子どもの不安や困りごとにあった支援や生活環境の改善を行うなど、安心して就学できる体制を整えるためにさまざまなことができます。

一人で悩まずにご相談ください

子育ての悩みやストレスの相談も兼ねています。一人で悩まずに、気軽にご相談ください。

期間 9月下旬～10月下旬
方法

- ①保護者にアンケートを配布し、普段の様子を記入していただきます。
- ②園に問診票を配布し、園内の生活の様子を記入していただきます。
- ③上記①②の内容により、必要に応じて保健師などが保護者と園の話聞き、情報提供・相談を行います。

くれよんクラブ

問・申保健課 ☎773-6811

「くれよんクラブ」は、子どもの育てにくさを感じている保護者や、障がいのある子どもの保護者の集まりです。情報交換や勉強会を開催しています。会場には保育士がいるので、子どもと一緒に参加できます。

日 ①10月20日(火) ②11月16日(月) 内 ①先輩ママと話をしよう ②福祉の制度について学ぼう

共通事項 時 10:00～11:00 申 不要。直接会場まで。会 子育て支援センター子育ての駅「ほのぼの」

救急医療

問保健課 ☎773-6811

救急医療のかかり方

①電話をかける

次の病院に電話で症状を伝えてください。重症（意識がないなど）の場合は、119番で救急車を呼んでください。

- ・南魚沼市民病院……………☎788-1222
- ・魚沼基幹病院……………☎777-3200
- ・齋藤記念病院（脳神経外科救急）……………☎773-5111

※電話のかけまちがいにご注意ください

②指示通りに受診する

- ・電話での指示に従って受診してください。
- ・スタッフの状況や症状などに応じて、他の医療機関を案内する場合があります。
- ・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。
- ・休日・夜間は検査や人員体制が十分ではありません。できるだけ通常の診療時間内に受診してください。

夜間に困ったときは

夜間に具合が悪くなったとき（発熱、頭痛、おう吐、下痢、けがなど）にご利用ください。

時19：00～翌朝8：00（毎日）

- ・新潟県救急医療電話相談 **対**15歳以上
☎025-284-7119（#7119でも可）
- ・新潟県小児救急医療電話相談 **対**15歳未満
☎025-288-2525（#8000でも可）

献血にご協力ください

～10月の献血日程～

問保健課（献血担当） ☎773-6811

日にち	受付時間	会場
20日(火)	10：00～11：30	株式会社ミツバ新潟工場
	13：30～16：00	ゆきぐに大和病院

※すべて全血400ml献血。
日程や会場は、変更する場合があります



みんなの図書館

- 南魚沼市図書館（えきまえ図書館本の杜） ☎773-6677
- 大和図書室（大和公民館内2階） ☎777-4671
- 塩沢図書室（塩沢公民館内1階） ☎782-0100

心ゆたかに生涯読書。敬老の日の読書のすすめとして、生き方の知恵やヒントになる本を展示しています。図書館の本で読書を楽しんでみませんか。

新着図書の一部を紹介します

※下記以外の新着図書は館内かWebOPACでご確認ください

・ぜんぶ本の話	池澤夏樹
・赤い砂を蹴る	石原 燃
・夏の迷い子	泉 麻人
・コロナ黙示録	海堂 尊
・オフマイク	今野 敏
・希望の峰マカルー西壁	笹本稜平
・図書館の子	佐々木 譲
・私が愛したトマト	高樹のぶ子
・首里の城（芥川賞受賞作品）	高山羽根子
・ホーム	堂場瞬一
・破局（芥川賞受賞作品）	遠野 遥
・チーム・オベリベリ	乃南アサ
・一人称単数	村上春樹
・女だてら	諸田玲子
・大江戸火龍改	夢枕 獏
・漂流者の生きかた	五木寛之
・美女ステイホーム	林 真理子
・欲が出ました	ヨシタケシンスケ
・弱さのちから	若松英輔
・蜜のように甘く	イーディス・パールマン
・雪国を江戸で読む	森山 武
・報道写真集 祈り 忘れるな拉致	
・まじないの文化史	新潟県立歴史博物館
・コロナ危機を生き抜くための心のワクチン	大胡田 誠
・備えいらずの防災レシピ	飯田和子
・この子はこの子のままでいいと思える本	佐々木正美
・免疫力を強くする、疲れのない体のつくり方	
・野菜の栄養素まるごと便利帳	吉田企世子
・世界薬用植物図鑑	モニク・シモンズ
・子どものチカラを信じましょう	高橋 孝雄
・農家が教える天気を読む知恵とワザ	農文協
・いちばんやさしい自宅トレBOOK	中野ジェームズ修一
・Q&Aでわかる山の快適歩行術	野中 径隆
・好日絵巻	森下 典子
・超一流できる大人の語彙力	安田 正

よみもの

その他