



自然・人・産業の和で築く安心のまち **南魚沼市**

みなみ魚沼

2022
[令和4年]

7月1日号
No.212



おもな内容

- 避難情報に注意しましょう 2
- 8月1日(月)から使用する国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証を送付します 4
- 令和4年度夏祭り・花火大会開催に伴う交通規制にご協力ください ... 9
- 各課からのお知らせ 10
- 市長の一言日記 28

ちよま
「芋麻畑の焼畑作業」

避難情報に注意しましょう

【問合せ】総務課 防災庶務班 ☎773・6660

これからの時期は、豪雨による河川のはん濫や土砂災害発生危険性が高くなります。避難情報に注意し、災害の危険が迫ったら迷わず避難しましょう。また、地震や洪水などの災害に備え、事前の準備や災害時の避難方法などを各家庭で考えておきましょう。

警戒レベル	状況	住民がとるべき避難行動など	避難情報など
5	災害発生または切迫	命を守るための最善の行動を取りましょう	緊急安全確保 (市が発令)
警戒レベル4までに必ず避難！			
4	災害発生のおそれ高い	全員避難 速やかに安全な場所へ避難しましょう 指定緊急避難場所・指定避難所などの避難先までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内の安全な場所に移動しましょう	避難指示 (市が発令)
3	災害発生のおそれあり	高齢者などは避難 避難に時間を要する人（高齢者や障がいのある人など）とその家族や支援者は避難しましょう 他の人は、避難の準備をしましょう	高齢者等避難 (市が発令)
2	気象状況悪化	避難行動の確認 避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの避難行動を確認しましょう	大雨・洪水注意報 (気象庁が発表)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高めましょう	早期注意情報 (気象庁が発表)

災害リスク・避難情報などを把握しましょう



◀ウェブ版
ハザード
マップ



◀LINE
公式アカ
ウントで
追加



◀災害情報などのメール配信
(南魚沼市防災メール)
※空メールを送信後、登録が
必要です

避難情報のポイント

警戒レベル5 「緊急安全確保」

・すでに災害が発生・切迫しており、安全に避難ができず、命が危険な状況である可能性があります。

・警戒レベル5「緊急安全確保」の発令を待ってはいけません。

※「緊急安全確保」は、市が災害の発生・切迫を把握できた場合に、可能な範囲で発令される情報であり、必ず発令される情報ではありません



警戒レベル4 「避難指示」

・直ちに全員の避難が必要な際に発令されます。

※警戒レベル5「緊急安全確保」が発令されてから避難を始めると、手遅れになる可能性があります。警戒レベル4「避難指示」が発令されたら全員が避難を始めてください

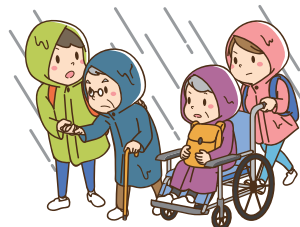


警戒レベル3 「高齢者等避難」

・警戒レベル3「高齢者等避難」は、高齢者だけの情報ではありません。

・「高齢者等」には、障がいのある人や避難を支援する人も含まれます。

・高齢者等以外の人、必要に応じて避難の準備をしたり、自主的に避難を始めるタイミングです。



●避難とは「難」を「避」けることで、安全な場所へ移動することです。指定避難所だけでなく、家の中の安全な場所へ移動することも避難です

スムーズな避難ができるように、平時から避難場所を決めておき、避難時の持出品を用意しておきましょう。

●市が発令する避難情報は行政区単位で発令します

防災メール、LINE、市ウェブサイト、FM防災ラジオ（FMゆきぐに）などで情報を発信します。

避難する際はマスク・食料・水など必要なものを持っていきましょう

避難時に持ち出す最低限のものを、両手が使えるようにリュックなどに入れて用意しておきましょう。

避難時の持ちもの（例）

☐ 携帯電話、モバイルバッテリー

☐ 懐中電灯、ヘルメット

☐ 携帯ラジオ、電池

☐ 薬

☐ 生活用品

☐ 3日分程度の非常食、水（1人1日3リットル）

☐ 身分証明書（運転免許証など）

☐ 現金、通帳・印鑑

☐ 衣類

☐ 体温計

☐ マスク

☐ 消毒液、ウェットティッシュ など

緊急告知FM（防災）ラジオを販売しています

災害などの緊急情報をいち早くみなさんに伝える手段の1つとして、緊急告知FM（防災）ラジオを販売しています。購入補助制度もあります。詳しくは、総務課 防災庶務班までお問い合わせください。

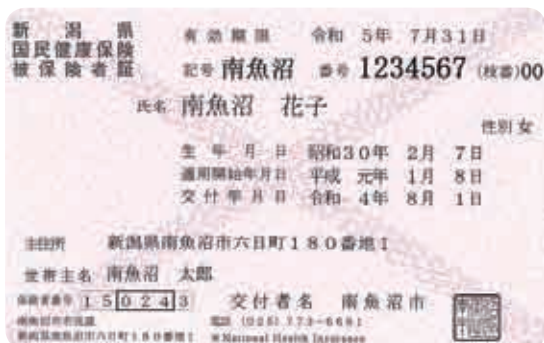
8月1日(月)から使用する国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証を送付します

【問合せ】 市民課 国保年金係 ☎773・6661

保険証の記載内容を確認し、大切に保管してください。7月31日(日)までに届かない場合や、記載内容に誤りがある場合はご連絡ください。

国民健康保険に加入のみなさん

新しい保険証は**桃色**です



- ・7月下旬に、世帯主宛てに世帯分をまとめて普通郵便で送付します。
- ・すでに社会保険などに加入している人は、国民健康保険をやめる手続きをしてください。退職して社会保険などに加入していない人は、国民健康保険に加入する手続きをしてください。

※70～74歳の人は、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

窓□ 市民課 国保年金係、大和・塩沢市民センター

後期高齢者医療制度に加入のみなさん

新しい保険証は**空色**です



- ・7月下旬に、対象者宛てに普通郵便で送付します。
- ・「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額適用認定証」がすでに交付されている人には、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。
- ・後期高齢者医療制度の対象者は、75歳以上か65歳～74歳までの一定の障がいがある人です。
- ・自己負担割合の見直しに伴い、令和4年度は保険証が2回交付されます。今回交付される保険証の有効期限は9月30日(金)です。
- ・10月1日(土)から使用する保険証は9月下旬に郵送する予定です。

※自己負担割合の見直しについて詳しくは、6ページをご覧ください

保険証の送付方法

保険証の送付は普通郵便で行っていますが、希望する人には簡易書留郵便で送付します。希望者は、下記の窓口にお申し込みください。申請書は窓口に用意してあります。(市ウェブサイトからダウンロード可)

窓□ 市民課 国保年金係、大和・塩沢市民センター 締切り 7月8日(金)

対象 国民健康保険・後期高齢者医療制度

注意事項

- ・電話での受付はできません。窓口か郵送でお申し込みください。
- ・簡易書留郵便は、受け取りの際に受領印が必要です。不在などが続き、郵便局での保管期間が過ぎると市役所に返送されます。

後期高齢者医療制度

【問合せ】 市民課 国保年金係 ☎773・6661

保険証の自己負担割合

毎年、同一世帯の後期高齢者医療制度加入者の前年度所得に応じて、医療費の自己負担割合を判定します。7月下旬に送付する新しい保険証に記載されている自己負担割合（1割か3割）は、8月1日(月)から適用されます。

1割負担となる人

同一世帯の後期高齢者医療制度の加入者の中に、市・県民税課税所得が145万円以上の人がない場合

3割負担（現役並み所得者）となる人

同一世帯の後期高齢者医療制度の加入者の中に、市・県民税課税所得が145万円以上の人がいる場合

※市・県民税課税所得が145万円以上の人がいる場合でも、世帯の収入・所得状況が基準額未満であれば、申請により1割負担となります。該当すると思われる人に、市民課から通知書を送付します

10月1日から2割負担が新設されます

一定以上の所得がある人は、現役並みの所得者を除き、医療費の自己負担割合が2割になります。※詳しくは、6ページをご覧ください

令和4年度の保険料と納付方法

7月中旬に、年間保険料額の通知書を送付しますので、ご確認ください。

保険料の納付方法は、「特別徴収」「普通徴収」「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。

特別徴収（年金から天引きで納める方法）

年金支給月（4・6・8・10・12・令和5年2月）に年金から天引きとなります。

10月～令和5年2月の納付額は、確定した年間保険料額から、4月～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月から納付書が口座振替で納める方法）

年間保険料額を、年9回（7月～令和5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。※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人がいます。その場合、年間保険料額から、納付書や口座振替による納付済額を差し引いた残額を納めていただきます。年間保険料額は変わりません

保険料の決まり方（100円未満切り捨て）

均等割額	+	所得割額	=	年間保険料額
40,400円		(前年中の総所得金額－基礎控除額※) × 7.84%		(限度額66万円)

※基礎控除額は所得に応じて変動（43万円、29万円、15万円、0円）します

保険料の軽減制度（申請手続きは不要です）

令和3年中の所得の状況に応じた軽減

保険料の均等割額が世帯の所得状況に応じて、7割、5割、2割軽減されます。

制度加入の前日に会社の健康保険などの被用者保険の被扶養者であった人への軽減

「均等割額」は制度加入月から2年間のみ5割軽減されます。「所得割額」はかかりません。（市町村国保、国保組合などは対象外です）

納付方法の変更

年金天引きから口座振替に変更することができます。

納付方法を変更する場合は、市民課と金融機関の両方で手続きが必要です。詳しくは、市民課 国保年金係にお問い合わせください。

手続きに必要なもの

振替口座の情報（口座番号など）、通帳の届出印、保険証

※家族の口座からの振替にすると、社会保険料控除は実際に負担をした口座の名義人に適用されます。このため、世帯全体の所得税や市・県民税額に影響する場合があります。ご注意ください

新型コロナウイルスの影響を受けた人への保険料の減免

新型コロナウイルスにより世帯の主たる生計維持者が影響を受けた場合は、申請により被保険者の保険料の減免を受けられる場合があります。

対象 世帯の主たる生計維持者が、①死亡や重篤な傷病を負った場合、②事業収入などが前年と比較して3割以上減少し、事業収入などに係る所得以外の前年の所得合計額が400万円以下であるとき

※詳しくは、7月中旬に送付予定の保険料決定通知書に同封のチラシをご確認ください

後期高齢者医療制度 自己負担割合の見直し(2割負担の新設)

【問合せ】 市民課 国保年金係 ☎773・6661

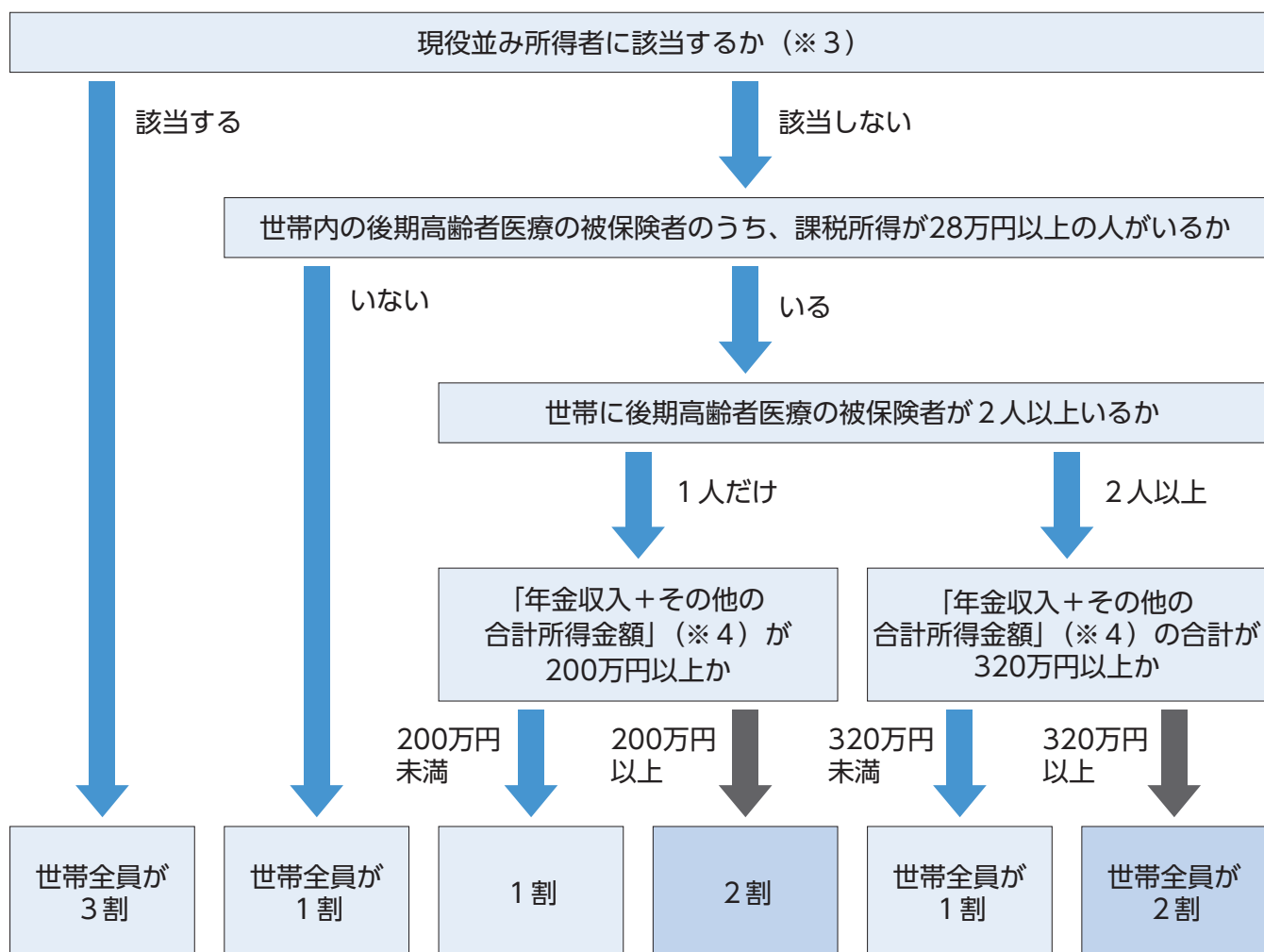
医療費の自己負担割合 2割の新設

10月1日から、一定以上の所得のある人（自己負担割合3割の人は除く）は医療費の自己負担割合が2割になります。

9月30日まで		10月1日から	
所得区分	医療費自己負担割合	所得区分	医療費自己負担割合
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者など	1割	一定以上の所得のある人	2割
		一般所得者など	1割

2割負担の対象の判定

後期高齢者医療の課税所得（※1）や年金収入（※2）などをもとに、世帯単位で判定します。



※1 「課税所得」は、前年の収入から給与所得控除や公的年金控除、所得控除（基礎控除や社会保険料控除など）を差し引いた後の金額

※2 「年金収入」には遺族年金や障害年金は含みません

※3 課税所得145万円以上で、医療費の自己負担割合が3割の人

※4 「その他の合計所得金額」とは、事業収入や給与収入等から、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額



ごみの減量化と臭い対策には、
「生ごみの水切り」が有効です！

ごみにしない！ 3R推進コーナー

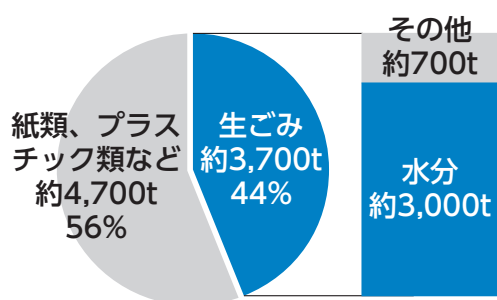
【問合せ】 廃棄物対策課 ☎782・0339

市内の各家庭から、ごみステーションに出される可燃ごみの総量は、年間約8,400 tです。

ごみの減量化の推進に向けて実施している家庭ごみ内容物調査によると、家庭から排出される可燃ごみのうち約44%が「生ごみ」で、重量にすると約3,700 tと推計されます。（令和3年度調査結果）

「生ごみ」の約80%は水分だといわれていますが、可燃ごみとして焼却処分していることから、約3,000 tの水分を焼却しているともいえます。

家庭ごみから排出される可燃ごみの
生ごみの割合と水分量



水分の多い生ごみは、焼却するとき余分なエネルギーを必要とし、特に燃料費などの処理経費も多くかかってしまいます。また、生ごみの水分は、腐敗や悪臭の主な原因となります。

「生ごみの水切り」は、ごみの嫌な臭いの低減だけでなく、ごみの減量化につながる有効な対策となります。

家庭での生ごみの水切りのメリット

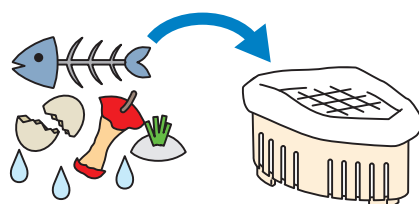
- ・生ごみの腐敗を遅らせ、嫌なにおいの発生を抑えられる。
- ・ごみが軽くなり、ごみ捨てが楽になる。
- ・汚水によるごみステーションの汚れを防げる。

家庭での生ごみの水切りのポイント

①水にぬらさない！

水分の多い調理くずは、三角コーナーやネットを使って水分を切りましょう。

ただし、玉ねぎの皮などで、はじめから乾いているものは、シンク内の三角コーナーなどに入れると水分をたくさん吸ってしまうので、できるだけ別にして、ぬらさずに捨てましょう。



②できるだけ乾かす！

お茶殻、ティーバッグ、スイカの皮など、水分の多いものは、できるだけ乾燥させてから捨てましょう。

③「ぎゅっと」しぼる！

水分を多く含んだ生ごみは、ごみに出す前に、ぎゅっとしぼってから捨てましょう。

ペットボトルやDVDの穴に水切りネットを通して水を絞ると、手を汚さずに効率よく水を切ることができます。



生ごみの水分は、ちょっとした工夫で減らすことができます。ご家庭で簡単にできる「生ごみの水切り」で、ごみの減量にご協力をお願いします。

家庭用生ごみ処理機の購入費助成

電気式生ごみ処理機は、効率よく生ごみを減量することができます。市では、購入費用の一部を助成しています。詳しくは、廃棄物対策課までお問い合わせください。

古着・古布の無料回収の対象に「ぬいぐるみ」を追加しました

市報6月1日号の13ページで、「ぬいぐるみ」は無料回収の対象外としていましたが、回収できるようになりました。リサイクルにご協力ください。

令和5年4月からすべての市立学校で コミュニティ・スクール（学校運営協議会制度）を導入します

【問合せ】学校教育課 ☎773・6700

コミュニティ・スクールとは

「学校運営協議会」を設置し、地域と協働して学校運営を行う学校のことです。
（「地方教育行政の組織及び運営に関する法律」に定められています）

これまでも南魚沼市の学校は、それぞれの地域や保護者のみなさんの手厚い
支えにより、子どもたちの学びを充実させてきました。今後、さらに地域の声
を学校運営に積極的に生かし、地域と一体となった特色ある学校づくりを一層
進めていきます。



導入への社会的背景

少子高齢化による地域の担い手不足やつながりの希薄化、子どもたちを取り巻く環境や学校が抱える課
題の複雑化・多様化など、地域や社会構造は大きな変化を迎えています。そのような中、地域の未来を担
う子どもたちを育むために、学校と地域が今まで以上に力を合わせ、「学校づくり」「地域づくり」を進め
ることが求められています。

コミュニティ・スクールでめざすこと

3つの視点でさまざまな活動を意味付けし、見直し、充実させます。

つなげる

地域全体で子どもたちの育
みについて目標やねらいを共
有して活動に取り組みます。

つづける

校長や教員が異動などで
変わっても、学校と地域の
つながりが継続します。

分かち合う

学校や地域の課題を、関係者が当
事者意識をもって共有し、適切に役
割分担して解決に取り組みます。

今ある取り組みを十分生かし「学校運営協議会」を設置します

「学校運営協議会」（以下、協議会）は、学校運営や必要な支援に関する協議を行います。学校と地域で、
子どもの豊かな成長や、そのために必要な教育活動や協働活動を考えます。また子どもを取り巻く課題を
検討し、解決の方法やアイデアを一緒に考えます。（協議会は法律に基づいて運営されます）

協議会委員の構成

委員は、校長の推薦を受けて教育委員会が任命します。地域の人や保護者が中心ですが、各分野の専門
家が委員になることもできます。市では、これまで行ってきた「学校評議員」制度のしくみを土台にして
運営することとして準備を進めています。

協議会の働き

一定の権限（注）をもって、学校の運営とそ
のために必要な支援などについて協議します。
「合議制」であるところが、現在の「学校評議員」
の制度と異なるところです。

（注）一定の権限とは

- ・校長が作成する学校運営の基本方針を承認する。
- ・学校運営について、教育委員会または校長に意見
を述べる。
- ・その他校長が必要と認めること。

コミュニティ・スクールの導入状況

市内の学校では平成30年度から総合支援学校で、令和4年度から石打小学校で導入しています。新潟県
では公立の全小・中・特別支援学校の約50%が導入しています。（令和3年度末時点）

取り組み例

- ・地域の良さ、課題、将来の姿を見守る児童生徒も交えて話し合い
- ・学校と地域の協働活動の再検討（整理、統合、運営の見直し）
- ・育てたい子どもの姿、未来の地域の姿を協議

※市立総合支援学校では、放課後の
クラブ活動を、地元の団体や地域
住民の協力を得て実施するなどの
成果があげられています

令和4年度 夏祭り・花火大会開催に伴う交通規制にご協力ください

塩沢まつり（住吉神社例大祭）交通規制図

【問合せ】商工観光課 商工振興班 ☎773・6665

期間 7月14日(木)～16日(土) **会場** 塩沢地区内

行事予定表 新型コロナ感染拡大防止のため、時間短縮や規模を縮小して実施します。

7月14日(木)	
子ども樽みこし	16:00～18:00
踊り屋台	16:15～20:30
青年樽みこし	16:30～22:00
宵祭り神事	18:00～18:30
7月15日(金)	
神楽	6:00～14:00
本祭り神事・遷座祭	8:30～
御神輿渡御	10:00～14:30
還納祭	14:30～
7月16日(土)	
大花火大会	19:45～21:00

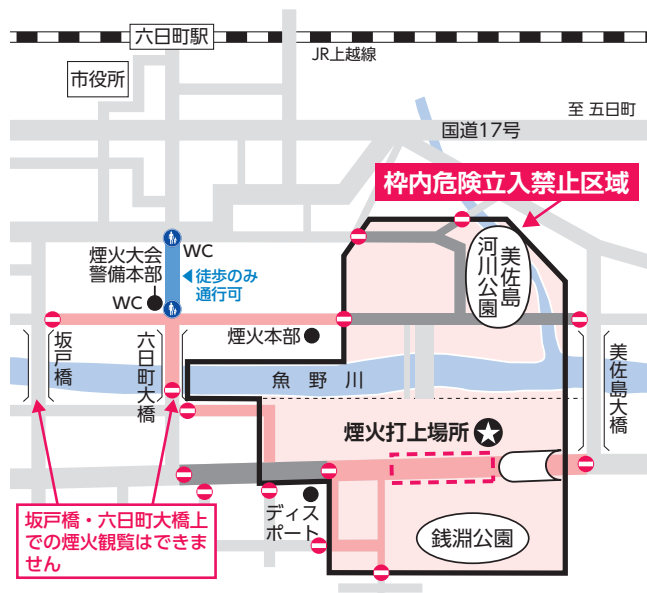


※演芸大会・青年樽みこしパフォーマンスは中止です。今年度は露店は出ませんが、軽トラなどによる出店を予定しています

その他 各団体・行事で飲酒の自粛・軽減を心がけています。ご協力をお願いします。

南魚沼市兼続公まつり（大煙火大会）交通規制図

【問合せ】実行委員会（一社）南魚沼市観光協会 ☎783・3377



※河川敷に車両を駐車しないでください

期間 7月18日(月・祝) **会場** 六日町地区内

打ち上げ時間 19:30～21:00（予定）

※新型コロナ感染拡大防止のため、大煙火大会のみを開催。荒天時、大煙火大会と交通規制は順延

交通規制	7/18 (月・祝) 12:00～15:30 片側交互通行
	7/18 (月・祝) 15:30～23:00 煙火第1次規制区域
	7/18 (月・祝) 18:30～23:00 煙火第2次規制区域

※感染症対策として、観覧席や駐車場は設けません。自宅か、三密を回避できる場所でご覧ください。ご協力をお願いします

浦佐夏まつり（白山神社例大祭）

【問合せ】大和観光協会 ☎777・3054

期間 7月17日(日) **会場** 浦佐地区内

行事予定 鼓笛隊演奏、白山神社・神輿渡御、大煙火大会など。詳しくは、お問い合わせください。

Information お知らせ

問合せ 時間 定員 講師	申込み 会場 費用 相談員	日時 対象 締切 持ち物	期間 資格 内容 その他
Fファックス	☑メール		

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本誌に掲載している各種イベントなどは中止や延期・内容が変更となる場合があります。最新情報は、各問合せ先へ確認してください。

催し・講座・募集



わが子の自立を願う 家族の集い

関・申子ども・若者相談
支援センター

☎788・1951

高等学校不登校、ニート、ひきこもりなど、就学や就労に悩む若者を、家族としてどう

理解し、どう支えるかを一緒に考えましょう。

日 7月30日(土)

午後1時～4時

会 子ども・若者相談支援センター

対 市内在住の義務教育終了～

39歳の若者の家族

申 前日までに電話でお申し込みください。

令和4年度 自衛官採用試験

関・申自衛隊新潟地方協

力本部 長岡出張所

☎0258・333・0256

受験資格…①、受付期間

②、1次試験日…③の順に掲載(1次試験以降の日程は、お問い合わせください)

防衛大学校

① 推薦高等学校卒業(見込みを含む)の21歳未満で

高等学校校長の推薦が必要

総合選抜・一般高等学校

卒業(見込みを含む)で21

歳未満

② 推薦・総合選抜 9月5日

(月)～9日(金)

一般 7月1日(金)～10月26

日(水)

③ 推薦 9月24日(土)・25日(日)

総合選抜 9月24日(土)

一般 11月5日(土)・6日(日)

防衛医科大学(医学科)

① 高等学校卒業(見込みを含む)か高等学校3年次

修了者(見込みを含む)で

21歳未満

② 7月1日(金)～10月12日(水)

③ 10月22日(土)

防衛医科大学(看護科)

① 高等学校卒業(見込みを含む)か高等学校3年次

修了者(見込みを含む)で

21歳未満

② 7月1日(金)～10月5日(水)

③ 10月15日(土)

航空学生

① 海上自衛隊高等学校卒業

(見込みを含む)か高等専

門学校3年次修了者で23歳

未満

航空自衛隊高等学校卒業

(見込みを含む)か高等専

門学校3年次修了者で21歳

未満

② 7月1日(金)～9月8日(木)

③ 9月19日(月・祝)

一般曹候補生

① 18歳～33歳未満

② 7月1日(金)～9月5日(月)

③ 9月15日(木)～18日(日)(いずれか1日)

自衛官候補生

① 18歳～33歳未満

② 年間を通じて受付

③ 受付時にお知らせ

令和4年度新潟県警察官 採用試験

関 南魚沼警察署

☎770・0110

採用試験申込み受付期間

7月1日(金)～8月15日(月)

対

警察官A

昭和62年4月2日以降に生

まれた人で、大学を卒業また

は令和5年3月31日までに卒

業見込みの人など

警察官B

平成元年4月2日～平成17

年4月1日までに生まれた人

で、警察官Aの受験資格に該

当しない人

第1次試験 9月18日(日)

※申込方法や日程など詳しく

は、QRコードからご確認

いただくか、南魚沼警察

署・最寄りの

交番駐在所に

お問い合わせ

ください



自衛隊・新潟県警察官合同 職業説明会

関・申自衛隊新潟地方協

力本部 長岡出張所

☎0258・333・0256

✉nagaoka001@rct.

gsdf.mod.go.jp

対 高等学校卒業(見込みを含む)の35歳未満

申込み期間

7月1日(金)～31日(日)

日 8月6日(土) 10時～12時

会 南魚沼市役所本庁舎2階

大会議室

申 電話かメール、次のQR

コードから住所・氏名・年

齢・連絡先を

お知らせくだ

さい。



南魚沼市民総合防災訓練

関 総務課 防災庶務班

☎773・6660

令和4年度の南魚沼市防災訓練は、次の日程で行います。

日 9月4日(日)

午前8時～正午

※訓練の内容などは、市報8月1日号に掲載します

市有財産の売却

【問合せ・申込み】 財政課 用地管財班 ☎773・6671

市で不要となった不動産を売却します。

売払の方法

申し込み受け付けは、財政課で行います。申し込み者には、売却説明資料と売払い申請書を配布します。内容を確認して申請書をご提出ください。申し込み者が複数の場合、別途入札を実施します。

申込期間 7月4日(月)～29日(金)

物件1 旧三用小学校教職員住宅用地

財産の種類と価格	財産の表示	記事
土地 1,440,000円	南魚沼市雷土新田767番1 地目：宅地 地積：198.24㎡(約59坪)	都市計画区域内（区域区分非設定） 用途地域無指定地域 建ぺい率70%、容積率200% 前面道路は一般県道大桑原・芋赤線（道路幅員約6.6m）
・現況渡しとなります。 ・上下水道の引き込み有り、消雪用井戸は設置されていません。		

物件2 旧市有上原住宅用地

財産の種類と価格	財産の表示	記事
土地 6,670,000円	南魚沼市上原字本薬師47番8 地目：宅地 地積：855.76㎡(約258坪)	都市計画区域内（区域区分非設定） 用途地域無指定地域 建ぺい率70%、容積率200% 前面道路は市道城内小学校東線（道路幅員約5.6m）
・現況渡しとなります。 ・上下水道の引き込み無し、消雪用井戸は設置されていません。		

認定試験（受験者任意参加）
受講料 5,500円
※テキスト購入希望者は、別

会場 長岡会場：長岡市みしま会館（長岡市上岩井）、柏崎産業文化会館（柏崎市駅前）
新潟会場：新潟県建設会館（新潟市中央区新光町）、亀田市民会館（新潟市江南区船戸山）

会費 3,500円

認定試験
11月20日(日)

※申込書は各受付窓口で配布
受付窓口 下水道課、市民課、大和・塩沢市民センター

受検期間 7月21日(木)まで
受検資格 ③実務経験が2年以上ある

ある

②高等学校卒業以上の学歴があり、実務経験が1年以上

①土木・建築関係などの専門課程を卒業
受験資格（いずれかに該当）

下水道排水設備工事責任技術者認定試験と受験講習会
下水道課 下水道業務係
☎774・2740
公益財団法人新潟県下水道公社
☎025・271・1151

途2,000円
9月30日(金)
会 長岡会場：ハイク長岡（長岡市千秋）
9月29日(木)
会 新潟会場：新潟県建設会館（新潟市中央区新光町）

申込期間
7月4日(月)～13日(水)

定 各部15人（先着順）
※持ち帰りの衛生管理は各自の責任でお願いします
持 エプロン、ふきん、持ち帰り容器（4人分）、筆記用具
費 1,400円（当日集金）
会 塩沢公民館 調理実習室
講 川島 亜紀子さん

対 市内在住・在勤者

午後3時30分

・午前の部：午前10時～正午
・午後の部：午後1時30分～

日 7月23日(土)
・季節のフルーツピネガー
・葉味ちらしずし
・トウモロコシの冷製スープ

メニュー

市民セミナー料理教室
☎782・0100

市民セミナー料理教室
☎782・0100

☎782・0100

不登校親の会

閩・申親の会やまと(黒石)

☎777・4144

✉mkuroiwa@mul.jp

学校に行きづらい子どもの親同士で、なんでも話せる時間を過ごしています。

気軽に参加してみませんか。

日 毎月第2金曜日

午後7時～9時

会 大和公民館2階

※申し込み不要。都合で日程変更する場合あり。詳しくは、お問い合わせください

新潟県精神保健福祉協会
総会記念講演「食べることが
は誰でも怖い文化人類
学から考える摂食障害」

閩南魚沼地域振興局 健康

福祉環境部 地域保健課

☎772・8137

「食べる」という行動の本質について、文化人類学の観点から解説します。摂食障害を医療とは別の角度から眺めることで、生きていくことと食糧に得られる新たな気づきが得られます。

※開催は、オンライン

(Zoom)で行います

日 7月22日(金) 午後2時～4時30分(午後2時～総会、午後3時～記念講演)

講 磯野真穂さん(人類学者)

定 250人

費 無料

申 QRコードを読み込むか、新潟県ウェブサイト「電子申請システム」で検索からお申し込みください。

新 新潟県ウェブサイト「電子申請システム」で検索からお申し込みください。

子 申請システム

ム」で検索

からお申し込み

ください。

みください。



不動産公売

閩税務課収税班

☎773・6669

税務課が差し押さえた不動産を公売します。

詳しくは、公売公告(本庁舎正面玄関脇の掲示板)、市ウェブサイト「公売」で検索)、税務課で資料を確認して、入札にご参加ください。

※入札前に、公売保証金の納付が必要です。公売を中止する際は、市ウェブサイトでお知らせします

公売物件

所在 塩沢1320番1

地目 土地(宅地)3筆(一

括公売)

地積 計260.37㎡(登記簿による表示)

見積価額

532万2,000円

公売保証金 54万円

入札日時 7月28日(木) 午前10時～10時25分

入札会場 本庁舎2階 小会議室

売却決定(代金納付) 8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月18日(木)

8月訓練コース受講生募集

問・申 魚沼サンティックススクール
☎772・4554 F778・1158

パソコン体験講座

コース名	実施期間	曜日	時間
ワード体験講座	8/20	土	13:00~16:00

訓練コース（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
1級電気工事施工管理技士（二次）試験対策	8/9~10/11（全10回）	火	18:30~21:30
2級土木施工管理技士（一次）試験対策	8/23~9/27（全10回）	火・金	
パソコン エクセルフォローアップ（関数実践編）	8/8~8/24（全6回）	月・水	
パソコン ワード基礎	8/29~9/14（全6回）	月・水	
パソコン ワード中高年	8/30~9/30（全9回）	火・金	

セミナーコース（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
怒り&イライラ防止研修	8/18	木	9:00~15:00

技能講習・特別教育・安全衛生教育

コース名	実施期間	曜日	問・申
刈払機取扱作業者に対する安全衛生教育	8/5	金	キャタピラー教習所株式会社新潟教習センター ☎025・232・7611
フルハーネス墜落制止用器具特別教育	8/26	金	
酸素欠乏危険作業（第二種）特別教育	8/25	木	株式会社東新重工亀田講習センター ☎025・383・0620 F025・381・7714

※事前申し込みが必要。申込者が少数の時は、開講できない場合があります

受講料や申し込み方法など詳しくは、次のQRコードから確認するか、お問い合わせください



上田史談会創立40周年 記念講演会

問 上田史談会事務局
小倉
☎090・4928・5508

昭和57年に設立した郷土史の会「上田史談会」の創立40周年を記念した講演会を開催します。参加は無料です。

日 7月18日（月・祝）
午後3時~4時30分

会 ホテル坂戸城
講 今福 匡氏（歴史ライター）
演題 「上田長尾氏の興亡」

新型コロナ対策旅行券発行事業 地域利用券取扱店舗の募集【夏季限定】

問 南魚沼市観光協会
☎783・3337

新型コロナウイルス感染症により、特に大きな影響を受けた市内の宿泊業などを支援するため、市内に宿泊する観光・旅行者向けのプレミアム旅行券を発行します。
旅行券は、宿泊専用券と地域利用券をセットにしたものです。地域利用券は、飲食、土産物、観光施設、タクシー・

代行などで利用できます。

取扱店舗が幅広く登録されることで、地域経済の活性化につながると考えられます。ぜひお申し込みください。

取扱店舗資格（すべてに該当）

・市内に店舗を有し、本事業の趣旨に同意する

・新型コロナウイルス感染予防対策を十分に行っている

募集期間 8月31日（水）まで

申 南魚沼市観光協会（道の駅南魚沼内・年内無休）で必要書類をお渡しします。

※詳しくは、お問い合わせください

地域利用券使用期間

7月23日（土）~10月1日（土）
他 詳しくは、南魚沼市観光協会ウェブサイトをご覧ください。

※この旅行券は、主に首都圏を中心とした市外からの旅行者が対象です。「南魚沼市プレミアム付商品券」とは別事業です。なお、冬季の旅行券事業は現在調整中です



7月は「愛の血液助け 合い運動」月間です

関保健課

☎773・6811

病気や事故の治療に使われる輸血用血液は、すべて善意による献血で賄われています。

近年、少子化や20代・30代の献血離れにより若い人の献血者が減少しています。

長期保存のできない血液を安定供給できるよう、献血にご協力ください。

市内での献血

毎月市報で日時や場所をお知らせしています

県内の献血ルーム

受付 毎日（12月31日、1月1日を除く）

1日を除く）

時 午前9時30分～午後5時

・献血ルームばんだいゆとり

ろ〔新潟市中央区万代〕

☎025・240・5500

☎0120・869・950

（フリーダイヤル）

・献血ルーム千秋〔長岡市千秋〕

千秋

☎0258・29・2350

☎0120・056・339

（フリーダイヤル）

献血にご協力ください ～8月の献血日程～

関保健課

☎773・6811

8月9日（火）

・南魚沼地域振興局

時 午前9時30分～11時

・市役所本庁舎

時 午後1時～3時30分

他 献血カードのある人は次のQRコードから事前に予約可

※すべて全血400ml献血。日程や会場は、変更する場合あり。9月はお休みです



魚沼テクノスクール 7月入校生募集

問・申 新潟県立魚沼テクノスクール

☎025・794・2410

事務応用科2期

対パソコンの知識・技能や簿記を学び、就職を希望する人

期 8月5日（金）～12月2日（金）

期 8月5日（金）～12月2日（金）

午前9時～午後3時50分

※土・日曜日、祝日を除く

会 魚沼サンテックススクール〔西泉田〕

定 18人

費 無料（テキスト代などの自己負担あり）

期 7月15日（金）

事務基本科1期

対パソコンやソフトの基本、ビジネスマナーを学び、就職を希望する人

期 8月30日（火）～11月29日（火）

午前9時10分～午後3時50分

会 小千谷市民学習センター楽集館〔小千谷市上ノ山4丁目4-2〕

定 15人

費 無料（テキスト代などの自己負担あり）

申 ハローワーク南魚沼

期 8月9日（火）

VRワールドにショップを開

設する（VR活用編）

対メタバースで展示会場を開

期 8月30日（火）・31日（水）

午前9時～午後4時

会 魚沼テクノスクール

講 土田哲也氏（ITマスター）

定 10人

費 4,700円

期 8月22日（月）

仕事の教え方講座

対ものづくり企業の管理監督者、次世代リーダー、指導

力あげたい人

期 9月1日（木）・2日（金）・13日（火）・14日（水）

午後1時30分～4時30分

会 魚沼テクノスクール

定 10人

費 4,700円

期 8月22日（月）

仕事の教え方講座

対ものづくり企業の管理監督者、次世代リーダー、指導

力あげたい人

期 9月1日（木）・2日（金）・13日（火）・14日（水）

午後1時30分～4時30分

会 魚沼テクノスクール

定 10人

費 4,700円

期 8月22日（月）

第54回 南魚展作品募集

問 社会教育課文化振興係

☎773・3756

9月に開催する南魚展（南魚沼美術展覧会）の作品を公募します。

作品の受付・搬入

・9月6日（火） 午後4時～7時30分

・9月7日（水） 午前9時～11時

作品の展示

9月8日（木）～11日（日）

会 ディスポート南魚沼

部門

絵画、彫刻、書道、写真

出品料

1点 2,000円

2点 3,000円

※高校生以下は、2点以内

無鑑査 500円

2,000円

審査員

・絵画 村山徳成

・彫刻 濱口剛

・書道 菅井松雲

・写真 弥田正蔵

入賞

入選作品で優秀なものには南魚展賞、南魚沼市長賞、湯沢町長賞、南魚展後援会長賞、新潟日報美術振興賞、奨励賞、佳作を授与

※詳しくは、各庁舎か公民館にある「第54回南魚沼美術展覧会出品規定」（市ウエ

ブサイトからダウンロード可）をご覧ください

※詳しくは、各庁舎か公民館にある「第54回南魚沼美術展覧会出品規定」（市ウエ

ブサイトからダウンロード可）をご覧ください

※詳しくは、各庁舎か公民館にある「第54回南魚沼美術展覧会出品規定」（市ウエブサイトからダウンロード可）をご覧ください



信濃川・大河津分水 写真コンテスト作品募集

問・申 940-00098
長岡市信濃1-5-30
信濃川河川事務所調査課
☎0258-323243

越後平野に恵みをもたらす信濃川と治水の要として私たちを守る大河津分水の魅力を紹介し、身近に感じられる写真を募集します。(大河津分水は今年、通水100周年を迎えます)

①信濃川下流部門

大河津分水洗堰下流・新潟市の河口(関屋分水と中ノ口川を含む)

②信濃川中流及び魚野川部門

信濃川本川と大河津分水の分岐点(大河津分水路右岸高水敷の最上流地点)・長野県境(魚野川を含む)

③大河津分水部門

大河津分水路河口・信濃川本川と大河津分水の分岐点(大河津分水路右岸高水敷の最上流地点)・大河津分水洗堰

④ジュニア部門

新潟県内の信濃川(関屋分水、魚野川、中ノ口川を含む)と大河津分水

条件 ①④…水面が写っていること、④のみ…撮影者が18歳以下

対 アマチュアのみ

申 カラー・白黒とも四つ切りかワイド四つ切りの銀塩プリント。合成写真、組写真は不可。④のみA4サイズインクジェットプリント可。

応募作品の裏面に、名前、年齢、住所、電話番号、応募部門、題名、作品返却の有無、撮影場所、河川名を記入した応募票を貼付してください。

✕ 9月2日(金)

※詳しくは、QRコードからご覧ください



若者支援 コミュニケーション・ トレーニング開催

問・申 子ども・若者相談
支援センター

☎788-1951

内 少人数で簡単なゲームなどから始め、少しでも楽な気持ちで人と話ができることをめざします。

日 7月21日(木) (毎月第3木曜日) 午後2時～3時30分

会 子ども・若者相談支援センター

対 市内在住の義務教育終了・39歳の若者

申 電話でお申し込みください。

✕ 7月15日(金)

くらし・相談



新たなごみ処理施設の 建設予定地を決定しました

問 新ごみ処理施設整備室

☎782-0263

湯沢町と進める新ごみ処理施設整備事業において、施設の建設予定地を決定しました。

建設予定地 島新田764番

地ほか(旧し尿処理施設、現環境衛生センター事務棟敷地)

島新田区とその周辺行政区では、これまで60年間の長きにわたり、廃棄物処理施設の立地を受け入れていただいています。新施設の建設にあたっては他の地区とすることで検討を重ねてきましたが、

非常に困難であったことから市は、島新田区に引き続きの受け入れをお願いすることとしました。

協議を重ねた結果、長年のごみ処理施設の受け入れによる負担感がある上で、新施設の必要性や整備の緊急性を十分ご理解いただき、やむを得ず受け入れるとの苦渋のご決断をいただきました。関係行政区や住民のみなさんに、改めて深く感謝を申し上げます。

新ごみ処理施設は令和12年度ごろの稼働をめざし、適切な施設整備と良好な運営に努めてまいります。市民のみなさんからのご理解とご協力をお願いします。

弁護士による 無料法律相談

問・申 消費生活センター

☎772-2541

マルチ商法や資格商法による消費者トラブル、多重債務、不動産、相続、離婚などの法律問題の相談。

日 7月21日(木)
午後1時30分～4時

会 塩沢市民センター

定 5人(1人約30分)

✕ 7月20日(水) 正午

申 電話でご予約ください(受付・午前9時～午後4時)

※弁護士との相談時間を有効に使えるよう、申し込み時に相談員が概要を伺います。相談内容によっては、お受けできない場合があります

人権なんでも相談所 相談無料・秘密厳守

問 法務局 南魚沼支局

☎772-2164

家庭内や親族・近隣間の悩みごとなど、暮らしの中で起こるさまざまな問題、いじめやあらゆる差別問題の相談。

8月3日(水)

会 湯之谷老人福祉センター

「魚沼市井口新田547-12」

相 人権擁護委員

8月5日(金)

会 市民会館2階 婦人会館 和室

相 人権擁護委員 青木智子

「栄町」、水澤稔「麓」

共通事項

時 午後1時～4時(受付・午後3時まで)

申 不要。直接会場まで。

上田地区を中心に移動販売車が巡回します

関・申U&ーときめき課

☎773・6659

市では、交通手段がないなどの買い物弱者を支援するため、上田地区を中心に移動販売車で巡回し、食品類などの販売を試行します。

巡回する場所・経路・時間は、上田地区のみなさんに各行政区を通じてお知らせします。ぜひ、ご利用ください。

実施期間 7月4日(月)～令和5年3月31日(金)(予定)

国民年金保険料の免除と猶予の受付を行います

関・申市民課 国保年金係

☎773・6661

令和4年度の保険料は、月額16,590円です。保険料の納付が困難な人は、免除・猶予を申請することができます。

「全額免除」「4分の3免除」「半額免除」「4分の1免除」50歳未満に限り納付が猶予される「納付猶予」があります。免除・猶予を希望する人は、

申請してください。

※申請後に申請者本人・配偶者・世帯主それぞれの前年所得、扶養人数、失業などの理由により審査を行います

免除・猶予対象期間

7月～令和5年6月

受付開始日 7月1日(金)

申請先 市民課、大和・塩沢市民センター、六日町年金事務所

※新型コロナウイルス感染症の影響で、保険料が納付困難な場合の臨時特例手続きはお問い合わせください

司法書士による全国一斉「遺言・相続」相談会

関新潟県司法書士会

☎025・244・5121

新潟県司法書士会では、司法書士制度150周年を記念して、遺言・相続などについて面談と電話による相談会を開催します。

☎8月7日(日)

午前10時～午後4時

相談方法 面談(要予約)・電話(予約不要)

☎0120・33・9279

会新潟県司法書士会館(新潟市中央区笹口一丁目11-15)

申7月4日(月)から電話でお申し込みください。

※定員になり次第、締め切り

建築主向け新潟県産材の家づくり支援事業

関南魚沼地域振興局

農林振興部 林業振興課

☎772・8262

県産材を利用して新築・リフォームをする住宅に補助金を交付します。

対県内で居住のために建築する新築住宅や、リフォーム、増改築を行う住宅など。

※アパートなどの共同住宅や、住宅と店舗を併用する物件も対象

補助金額 1棟につき3万円～上限54万円

他県産の畳、瓦、しっくい塗料や珪藻土塗りの施工をした場合、規模に応じて補助金の加算があります。詳しくは、県ウェブサ

イトをご覧ください。

☎令和5年2月28日(火)(受付は先着順。予算額に達した

時点で終了)

住宅地などで除草剤を散布する時はご注意ください

関環境交通課

☎773・6666

除草剤は雑草の除去に有効ですが、周囲に飛散すると人や動物の健康・生活環境に悪影響を与える可能性があります。

除草剤の使用は必要最小限とし、飛散防止に努めるなど、周辺に十分な配慮をお願いします。

特に注意が必要な場所

学校や保育園・幼稚園の近く(通学路を含む)、病院や診療所の近く、福祉施設の近く、住宅地や頻繁に人が訪れる場所

除草剤を使用するときの注意事項

- ・風がない・弱いときなど、近隣に影響が少ない天候の日や時間帯を選びましょう。
- ・散布日時や場所を、事前に広く周知しましょう。
- ・近隣に学校、通学路がある場合は、事前に学校に連絡しましょう。

- ・除草剤の飛散を抑えるノズルを使い、風向きに注意して飛散を防ぎましょう。
- ・散布場所に看板などで分けするなど、人が立ち入らないよう配慮しましょう。

「司法書士の日」記念無料相談

関新潟県司法書士会

☎025・244・5121

新潟県司法書士会では、8月3日の「司法書士の日」を記念して、県内の司法書士事務所でも無料相談を実施します。

☎8月3日(水) 各司法書士事務所

務所の営業時間内

会県内の各司法書士事務所

相談例

- ・相続したが、土地や家屋の名義を変えていない。
- ・新しく会社を起こしたい。
- ・高齢の親が1人暮らしで心配だ。
- ・借金がいっぱいで、どうしたらいいかわからない。
- ・アパートを退去する際、多額の原状回復費を請求された。

健康・福祉



社会福祉法人など による利用者負担 軽減制度

関・申介護保険課 介護保 険係

☎773・6675

低所得で生活が困難な人に
対し、社会福祉法人などに
よる介護保険サービスの利用者
負担を軽減する制度です。

軽減を希望する人は、介護
保険課にご相談ください。

☑ 市民税非課税世帯で、世帯
の年間収入、預貯金、扶養
などの要件を満たし、生計
が困難と認められる人

軽減割合

- ・介護保険サービスの利用者
負担額、食費、居住費・滞
在費の25%
- ・生活保護の受給者は居住
費・滞在費の100%

対象サービス

- ・訪問介護（ホームヘルプ）
 - ・通所介護（デイサービス）
 - ・短期入所（ショートステイ）
 - ・特別養護老人ホーム入所
- ※総合事業（従前相当の訪問

介護・通所介護）・介護予
防サービスも含む

対象の社会福祉法人など

- ・南魚沼市社会福祉協議会
（訪問介護事業所）
- ・南魚沼福祉会（みなみ園、
まいこ園、ゆのさと園、つ
むぎホームヘルプセンター
など）
- ・石打福祉会（百花園）
- ・若葉会（デイサービスゆき
つばき）
- ・魚沼地域特別養護老人ホー
ム組合（八色園）
- ・苗場福祉会（こころの杜、
健康倶楽部つどいなど）
- ・曙会（坂戸楽生園）
- ・八海福祉会（雪椿の里）
- ・桐鈴会（鈴懸おはようへ
ルプ）

国民健康保険

「限度額適用認定証」 更新手続きは

8月1日(月)から受付

関・申市民課 国保年金係

☎773・6661

現在「限度額適用認定証」
をお持ちで、引き続き必要な
人は、8月中に更新手続きを
してください。

必要なもの 保険証、マイナ
ンバーがわかるもの、申請
に来る人の本人確認書類

申請先 市民課 国保年金係、
大和・塩沢市民センター

上手な医療のかかり方

関・申市民課 国保年金係

☎773・6661

かかりつけ医・かかりつけ薬
局を持ちましょう

かかりつけ医は、病歴や体
質の把握ができるため、より
効果の高い治療ができます。
健康管理全般のアドバイスも
してくれるので、日ごろから
信頼関係を築くことが大切で
す。薬局もかかりつけを決め
ておくと、薬の飲み方など、
適切な指導を受けることがで
きます。

重複受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関
を受診すると、検査・処置・
投薬などをやり直すため、余
分に医療費や時間がかかり
ます。

また、投薬の重複で副作用
が現れることがあります。気
になることは、かかりつけ医
に相談しましょう。

年に一度は健康診断を受け、
病気の早期発見・早期治療を
心がけましょう

健康診断を受けることで病
気を早期に発見し、早期治療
や医療費の削減につながりま
す。集団健診や人間ドックを
毎年受けましょう。

ジェネリック医薬品を利用し ましょう

ジェネリック医薬品（後発
医薬品）は、新薬（先発医薬
品）と同一の有効成分を含み、
効き目や安全性が同等である
と国から認められた安価な薬
です。処方希望を医師・薬
局に伝えやすいよう「ジェネ
リック医薬品希望シール」を
保険証更新時に同封しますの
でご利用ください。

市ではジェネリック医薬品
推進のため、一定の条件を満
たした人に、ジェネリック医
薬品差額通知を年3回（7
月・11月・3月）送付してい
ます。

食育コーナー

「食推さんの減塩レシピ紹介」

関保健課

☎773・6811

オクラとりの梅わさび和え
材料（4人分）

オクラ160g、焼きのり
1枚、ごま小さじ1

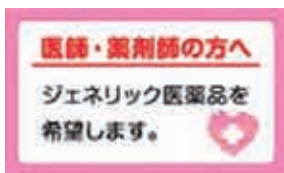
【A】

梅干し12g（2粒）、みりん
大さじ1弱、しょうゆ小さ
じ1/2強、わさび（チュー
ブ）3cm（好みで

作り方

- ①オクラを塩ですり、洗い流
す。へたを切って塩ゆでし、
粗熱をとる。
- ②梅干しは種を取り、包丁で
軽cutたく。焼きのりをち
ぎっておく。
- ③【A】をよく合わせる。
- ④オクラを半分切る。
- ⑤オクラを【A】で和え、の
りを入れて混ぜる。
- ⑥器に盛ってごまを振る。

※1人分の食塩相当量0.8g



令和4年度住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の受け付けを開始します

問臨時特別給付金事務局（福祉課 厚生福祉係） ☎773・6806

支給の対象と思われる人に確認書を郵送しました。該当する場合は、確認書をご提出ください。

対（次のすべてに該当）

- ・基準日（令和4年6月1日）に市の住民基本台帳に登録がある（外国人を含む）
- ・世帯全員が令和4年度の市県民税均等割非課税の世帯
- ※世帯内に未申告者がいるか、令和4年6月1日以降の転入者を含む場合は、手続き方法が異なります。詳しくは、事務局までお問い合わせください

対象外（主な例）

- ・令和4年2月以降にすでに臨時特別給付金の支給を受けている
- ・世帯全員が課税者に扶養されている
- ・基準日以降、申請前に世帯全員が死亡

提出方法

記載や添付漏れがないか確認のうえ、同封の返信用封筒で郵送するか、福祉課までご持参ください。

申請期限 9月30日(金)（当日消印有効）

給付額 1世帯あたり10万円

※対象世帯だと思うが、確認書が届かない場合などは、事務局までお問い合わせください

※新型コロナウイルス感染症の影響により令和4年1月以降に家計が急変し、令和4年度分の住民税非課税世帯と同様の状況の世帯向けの手続き方法は、市報7月15日号でお知らせします

新型コロナウイルス感染症のワクチン接種情報

問新型コロナワクチン接種対策室 ☎775・7114

新型コロナワクチンの4回目接種実施状況

個別接種 実施中（会場：各医療機関）

集団接種 7月17日(日)～（会場：五日町雪国スポーツ館）

4回目接種を受けるには

60歳以上 予約不要です。対象者へ市が日時・会場を指定して、順次お知らせします。

18歳～60歳未満で基礎疾患などがある人

- ①市ウェブサイト、または大和・塩沢市民センター、保健課で接種券を申請してください。 ※ 8月31日(水)
- ②接種券が届いたら、南魚沼市新型コロナワクチンコールセンターに電話でご予約ください。

3回目接種を市外で受けた人

接種券が届いたら、南魚沼市新型コロナワクチンコールセンターに電話でご予約ください。

初回接種（1回目・2回目）、追加接種（3回目）を受けるには

市ウェブサイトまたは南魚沼市新型コロナワクチンコールセンターに電話でご予約ください。

ワクチン廃棄防止バンクへの登録者募集

新型コロナワクチンの追加接種（3回目・4回目）を予定していた人が体調不良などで接種日の直前にキャンセルした場合に、ワクチンの廃棄を防ぐため、接種日直前のご案内でも接種可能な人を募集しています。

登録方法 市ウェブサイト（「ワクチン廃棄防止バンク」で検索）からご登録ください。

南魚沼市新型コロナワクチンコールセンター

☎775・7303（受付：毎日9:00～17:00）

※週の初めや午前は電話が混み合うため、つながりにくい場合があります

※新型コロナワクチン接種は9月30日(金)で終了となります。接種を希望する人は、早めにご予約ください

障がい者のための医療費助成制度

問・申福祉課障がい福祉係

☎773・6667
F773・6723

自立支援医療費（更生医療）

身体障がい者の自立と、社会経済活動への参加促進を図るため、障がいの除去または軽減に必要な医療費の一部を公費で負担します。

☑身体障害者手帳の交付を受けている18歳以上の人

申請に必要なもの

医師の意見書（指定様式）、身体障害者手帳、保険証、申請書など

自立支援医療費（育成医療）

身体障がい児などの日常生活能力の回復向上を図るため、手術などの治療によって確実に効果が期待できるものに対して、障がいの除去または軽減に必要な医療費の一部を公費で負担します。

☑身体に障がいがあるか、現存する疾患を放置すると将来障がいを残すと認められる18歳未満の児童

申請に必要なもの

医師の意見書（指定様式）、保険証、申請書など

自立支援医療費（精神通院医療）

精神障がいのため、医療機関に通院している人に、医療費の一部を公

費で負担します。

☑通院による治療が継続的に必要であると認められた人

申請に必要なもの

医師の診断書（指定様式）、保険証、申請書など

重度心身障害者医療費助成制度（県障）

医療機関で支払う自己負担分の一部を助成します。

☑身体障害者手帳1級～3級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている人（所得制限あり）

申請に必要なもの

交付を受けている手帳、保険証など

精神障がい者への入院医療費助成

精神疾患により入院して医療費を支払った人に、医療費の一部を助成します。

☑精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人、精神疾患を支給事由とする障害年金を受給している人

※次に該当する人は対象外

・生活保護世帯の人

・一定の所得額を超える世帯の人

・県障の受給者のうち、標準負担額減額認定証の交付を受けている人

申請に必要なもの

保険証、精神障害者保健福祉手帳、年金証書

7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～土曜日 〈受付〉8:00～11:00 〈診療〉9:00～
午後：火～木曜日 〈受付〉12:30～15:00 〈診療〉13:30～

◎来院時はマスクの着用をお願いします。

☎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	休診日
※月・金曜日の午後は新型コロナワクチン接種のため、一般診療は休診 ◎午前のみ自宅まで送迎します。（原則、城内・五十沢・大巻・大崎地区）電話か窓口でお申し込みください。								1日		2日		3日
								高橋	※	休診		休診
4日		5日		6日		7日		8日		9日		10日
高橋	※	田 中		松 田		高 橋		高橋	※	福本	休診	休診
11日		12日		13日		14日		15日		16日		17日
高橋	※	田 中		松 田		田 中		高橋	※	休 診		休診
18日		19日		20日		21日		22日		23日		24日
休 診		田 中		松 田		高 橋		高橋	※	高橋	休診	休診
25日		26日		27日		28日		29日		30日		31日
休 診		田 中		松 田		田 中		高橋	※	休 診		休診

子育て・教育



くれよんクラブに参加しませんか？

図保健課

☎773・6811

子どもの育てにくさを感じている保護者や、発達支援が必要な子どもの保護者の情報交換や勉強会を開催しています。

※保育士に子どもを預けて参加できます

日 7月21日(木) 午前10時～11時

会 子育て支援センター

子育ての駅「ほのぼの」

内 前向き子育てパート1

講話「子どもとのよい関係の築き方を学ぼう」

講 家庭相談員（こども家庭サポートセンター）

申 不要。直接会場まで

小学6年生対象「土曜学習」指導者の募集

図学校教育課

☎773・6700

市では「土曜日を有意義に過ごせるよう学習の場を提供する」「地域

人材を指導者として算数の学力向上をめざす」を目的に、小学6年生を対象とした「土曜学習」の実施を計画し、指導をしてくれるボランティアを募集します。

期 8月27日～10月1日の土曜日

(全6回)

会 塩沢公民館、南魚沼地域振興局、城内開発センター、大和公民館(9月3日・17日、10月1日は大和庁舎)の4か所

指導内容 小学6年生の算数

申 学校教育課に電話でお申し込みください。日程や学習の様子など、詳しくはお問い合わせください。

スポーツ



第18回 南魚沼市ナイトウォーク参加者募集

図生涯スポーツ課

☎773・6630

八色の森公園を出発し、普光寺、新町地蔵清水をめぐる9kmの周囲コースです。普段あまり歩くことのない夜のまちを、家族・友人を誘って、歩いてみませんか。

※コースは22ページ・23ページをご覧ください

日 7月30日(土) 雨天決行(荒天中止)

受付時間 午後5時～6時30分

※当日は八色の森公園で受付します

出発時間 午後6時～順次

費 高校生以上 800円

小学生、中学生 300円

小学生未満 無料

定 500人

申 専用用紙を記入して、参加費を添えて申込窓口にお申し込みください。

メ 7月15日(金)

申込窓口 生涯スポーツ課(市民会館内)、大和・塩沢公民館、ディスポート南魚沼

他

・歩きやすい服装・履きなれた運動靴でご参加ください。

・給水所はありません。各自で十分な水分をご用意ください。

・懐中電灯を必ずご持参ください。

・ペットの同伴はご遠慮ください。

・駐車台数に限りがあるため、公共交通機関の利用や自家用車の乗り合い、送迎での来場にご協力ください。



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

ディスポート南魚沼

7月の休館日

4日(月)、11日(月)、19日(火)

〒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

スラックライン講習会

やってみたいけどやり方が分からない人など、まずは講習会で体験してみませんか。大人も子どもも大歓迎です。

日 7月20日(水) 17:30～18:30 ※雨天中止

対 だれでも(未就学児の場合は、保護者の付き添いが必要)

定 10人(先着順) 費 会員：初回無料、一般：200円

※別途、施設利用料100円が必要(定期券可)

トレーニングマシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンの使い方説明会です。マシンはだれでも簡単に利用できます。

日 7月17日(日) 12:00～13:30

対 中学生以上 定 6人(先着順)

費 会員：無料、一般：200円

※施設利用料300円が別途必要(定期券可)

①初心者 夏休み短期水泳教室(5日間集中レッスン)

夏休みを利用して「水慣れとクロールの基本」の短期集中レッスンを行います。(2コース以上の参加可)

期 7月25日(月)～29日(金) (全5回)

- ・Aコース 17:05～17:55
- ・Bコース 18:05～18:55
- 8月1日(月)～5日(金) (全5回)
- ・Cコース 17:05～17:55
- ・Dコース 18:05～18:55

対 クロールで25メートル泳げない小学生

定 各コース35人 (先着順)

費 1コースにつき会員：2,000円、一般：2,500円

※別途、プール利用料が必要 (定期券可)

受付開始 7月5日(火) 9:00～

②初めてのスケートボード

スケートボードを始めてみたいけど、やり方がわからない人、まずは体験会に行ってみよう。

期 7月30日(土)、8月6日(土)・20日(土)
9:30～11:00

対 小学生以上のスケートボード初心者

会 小栗山サンスポーツランド 旧ローラースケート場

※雨天時：同管理棟1階ピロティ

定 各回15人 (先着順、最少催行各回5人)

費 各回とも会員：1,000円、一般：1,500円

持 スケートボード、ヘルメット、プロテクター (先着で用具のレンタルあり)、飲み物など

受付開始 7月12日(火) 9:00～

③各種教室 参加者募集

教室（全10回）	内	対	曜日	時	初回	受講料	
						会員	一般
リズム体操	軽快なリズムにのって楽しく体を動かします	16歳以上	火	13:00～14:00	9/13	新規 無料 再受講 3,000円	4,500円
ステップフィットネス	踏み台を使った人気のフィットネス			19:00～20:00			
スポーツチャンバラ（全15回）	空気の入った柔らかい剣で戦うスポーツ	小学生以上				4,500円	6,750円
ディスコステップ	懐かしのディスコサウンドでレッツダンシング！	だれでも	水	13:00～14:00	9/14	新規 無料 再受講 3,000円	4,500円
ベビーマッサージ（全5回）	赤ちゃんともママの肌のふれあいを体感します	生後2か月～ハイハイ前の乳児と母親	木	10:30～12:00	9/15	新規 1,000円 再受講 3,000円	
らくらく青竹	全身の機能を高める効果を狙います	16歳以上		13:00～14:00		新規 無料 再受講 3,000円	
リラックスヨガ	心穏やかにゆったり時間をかけて、スッキリと			14:30～15:30			
楽しいキッズダンス	年中から始められるヒップホップダンス	4歳児～小学1年生		17:30～18:30		新規 無料（保護者が会員：1,000円） 再受講 3,000円	
ボディメイキング	ボールを使って体のゆがみやバランスを整えます	16歳以上	金	10:00～10:50	9/16	新規 無料 再受講 3,000円	
フラダンス	ハワイの伝統舞踊。ゆったり楽しく踊ります			11:00～12:00			
ゆるビクス	ゆるくて簡単！楽しいエクササイズ			13:00～14:00			
パワーヨガ	筋トレ要素の強いヨガポーズで、エクササイズ			19:00～20:00			

※ベビーマッサージは別途、教材費500円が必要 **受付開始** 7月25日(月) 9:00～

①～③共通事項

申 ディスポートに設置の申込書を記入し料金を添えてフロントにお申し込みください。(電話での受付不可)

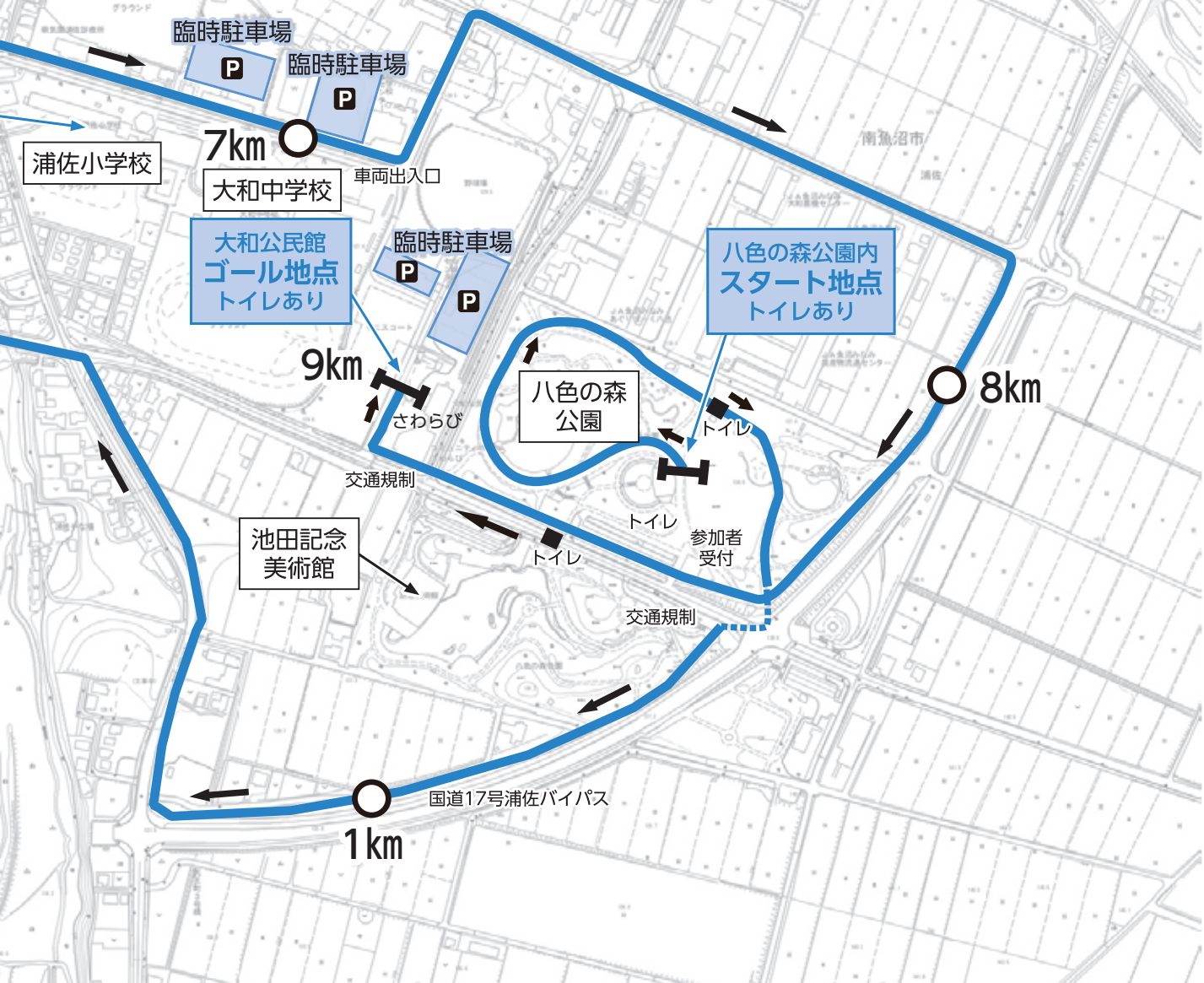
他 保険料は、年会費・受講料に含まれています (当該教室時のみ有効)

第18回 南魚沼市ナイトウォーク in 浦佐

2022.7.30(土) 八色の森公園 スタート18:00～順次

ナイトウォーク順路

km	順 路	最終参加者 通過予想時間
	スタート(八色の森公園)	18:45
1	国道17号浦佐バイパス、 県道塩沢・大和線交差点付近	19:00
2	浦佐大橋左岸側付近	19:15
3	南魚沼市役所大和庁舎付近	19:35
4	本町 大和郵便局付近	19:55
5	新町 県道市野江・浦佐線 石田工務店様付近	20:15
6	多聞橋左岸側付近	20:35
7	大和中学校付近	20:55
8	国道17号浦佐バイパス、 病院東交差点付近	21:10
9	ゴール(大和公民館)	21:30





図書館



問・申南魚沼市図書館
☎773・6677

【7月の開館日時】

南魚沼市 月～金 9:30～20:00 (土日祝 19:00まで)
休館：7日(木)、21日(木)
大和 ☎777・4671 火～日祝 9:00～19:00 (19日(火)・25日(月)は17:00まで)
休館：4日(月)、11日(月)
塩沢 ☎782・0100 9:00～20:00 (月土日祝 17:00まで)

テーマ展示

「夏を元気に過ごそう」「海の日」「アウトドアを楽しもう」「夏休みの自由研究に役立つ本」などを展示。

読書のつどい

日 7月16日(土) 10:30～11:00、11:15～11:45
会 図書館 多目的室 対 幼児・小学生・保護者ほか
テーマ 「なつ」 定 30人 (先着順)
内 ブラックシアター「花火」「どこでねるの」など

おはなしのじかん

日 7月3日(日) 11:00～11:30
会 図書館 児童コーナー 対 乳幼児・保護者ほか

プラチナ企画 DVD上映会

北アルプスドローン大縦走
日 7月14日(木) 10:30～11:45 (73分)
会 図書館 多目的室 対 一般・高齢者
定 30人 (先着順)

DVD上映会

ぼくは王さま ～ぞうのたまごとにせもの王さま～
日 7月23日(土) 10:30～11:25 (55分)
会 図書館 多目的室 対 子ども・一般
定 30人 (先着順)

新着図書の一部を紹介

《よみもの》

・あの胸が岬のように遠かった
・マイクロスパイ・アンサンブル
・天下を買った女
・生皮
・流転 越境捜査9
・剣持麗子のワンナイト推理
・小さき王たち 第1部 濁流
・泣き虫先生
・月の王
・横浜大戦争 川崎・町田編
・花散る里の病棟
・八月の母
・スクイッド荘の殺人
・マスカレード・ゲーム
・スタッフロール
・大人への手順
・折れない言葉

永田 和宏
伊坂幸太郎
伊東 潤
井上 荒野
笹本 稜平
新川 帆立
堂場 瞬一
ねじめ正一
馳 星周
蜂須賀敬明
帚木 蓬生
早見 和真
東川 篤哉
東野 圭吾
深緑 野分
伊集院 静
五木 寛之

絵本のへや

日 毎週水曜日 11:00～11:30
会 図書館 児童コーナー 対 乳幼児・保護者
内 パネルシアター「いないいないばあ」など乳幼児向けの絵本の読みきかせ。

幼児親子おはなしの会「えほんであそぼ」

涼しげな音色を奏でる風鈴をつくりましょう。
日 7月22日(金) 10:00～11:30
会 大和公民館 対 乳幼児・保護者 費 無料
内 手袋人形、絵本、パネルシアター、工作など
申 電話かカウンターでお申し込みください。(当日参加も可)

夏のこわ～いおはなし会

小学生向けのこわいおはなし会です。遅い時間なので、保護者と来てください。(会場の中は子どもたちだけになります)
日 7月28日(木)
1・2年生 16:30～17:00、3～6年生 18:00～18:45
会 図書館 多目的室 費 無料 定 各30人 (先着順)
申 電話かカウンターでお申し込みください

巡回図書をご利用ください

・大和図書室 6月16日(木)に200冊入れ替えました。
・塩沢図書室 7月21日(木)に入れ替え予定。

※新着図書は館内か、Web OPACで確認できます

・シャギー・ベイン ダグラス・スチュアート
《その他》
・地図でみる新潟県 戸所 隆
・よくわかる佐渡ジオパーク
・日本酒学講義 新潟大学日本酒学センター
・半藤一利わが昭和史 半藤 一利
・沖縄のことを聞かせてください 宮沢 和史
・あなたを狙う消費者トラブル40例 佐伯 理華
・子どもがやる気になる！
「親のひとこと」言い換え辞典 堀田 秀吾
・ウォーキングで出会う!!日本の固有植物図鑑
海老原 淳
・ウルトラ図解骨粗鬆症 竹内 靖博
・「目」のトリセツ 杉田美由紀
・心と体がぐんぐん育つ赤ちゃんのあそび大全
小西 行郎
・小さな庭をつくる 河野 義雄
・英語多読段階別学習図書 60冊

文化施設



鈴木牧之記念館

開館 9:00～16:30

7月の休館：毎週火曜日

☎・F 782・9860 URL <http://www.6bun.jp/bokushi/>
 ¥ 大人500円/小中高250円(市内の小中学生は無料)

ミニ企画展「北越雪譜の物語」

期 7月27日(水)～8月29日(月)

雪中に現れる幽霊、焼き飯にまつわる出来事、恩義のあるツルヤクマなど、『北越雪譜』を代表する物語を紹介します。

※会期中、市民は観覧無料

「山中異獣の図」より▶



池田記念美術館

開館 9:00～17:00 (入館終了16:30)

7月の休館：毎週水曜日、11日(月)～15日(金)

☎ 780・4080 F 777・3815 URL <http://www.ikedart.jp>
 ¥ 一般500円/高校生以下無料

一箱古本市

期 7月24日(日)～8月14日(日) ※最終日は15時終了

ワイン箱を使った小さな古書店が美術館に出店。個性的な古本が並びます。小説・マンガ・写真集・雑誌のバックナンバーなど、自分好みの掘り出し物を探してみませんか。

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)

7月は毎日開館します

☎ 783・4500 F 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 かく～「棟方志功の世界」

企画展 期11月6日(日)まで

「動物と芸術」

大地や海、空を力強く生きる動物を描いた作品を展示。川合玉堂や藤田嗣治をはじめ、9人の画家によるさまざまな表現で描かれた動物たちをご覧ください。

南国の摩訶不思議な世界 (セピックアート)

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展示。

1階特別展示「村山雨景 ボタニカルアート 花の点描展」

期 7月16日(土)～9月25日(日)

着物などを染色する技法で布に絵を描く「染め絵」の作家、村山雨景氏の作品約30点を展示。

南魚沼市民会館

受付 8:30～17:15

7月の休館：4日(月)、11日(月)、19日(火)、25日(月)

☎ 773・5500 F 772・8161
 URL <http://www.6bun.jp/kaikan/>

50th Anniversary 伊勢正三 LIVE 2022

デビュー 50周年を迎えた、ジャパニーズフォークの先駆けの一人でもある伊勢正三。

かぐや姫～風～ソロ現在に至るまでの各時代で創り出してきた歌詞やメロディーなどの世界観を数々の名曲とともに50周年の音楽性が詰まったベストセレクションライブ!

日 9月19日(月・祝) 開演17:00～
 (開場16:00～)

会 市民会館
 大ホール

チケット

全席指定6,500円
 ※7月10日(日)から市民会館・会館プレイガイドで販売。
 賛助会員は7月3日(日)から市民会館で先行販売



トミオカホワイト美術館

開館 9:00～17:00 (入館終了16:30)

7月の休館日：毎週水曜日、21日(木)・22日(金)

☎ 775・3646 F 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)

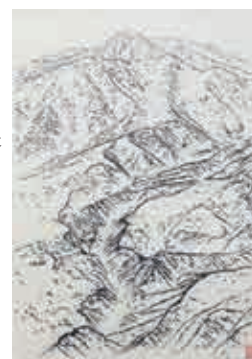
市民無料の日：8日(金)、18日(月・祝)、28日(木)

富岡惣一郎生誕100年「白の旅」

期 7月19日(火)まで

雪国を抽象的に描いた初期作品、ダイナミックなアラスカ氷河、初展示の妙高山(シルクスクリーン)などを展示しています。

富岡が辿った白の旅をご覧ください。



「妙高山 矢代川」

生誕100年記念 富岡惣一郎「永遠に」

期 7月23日(土)～11月23日(水・祝)

ギャラリー展「富岡惣一郎展」

期 7月と9月

掲示板

議会のラジオ放送日程
6月定例会（一般質問）

閤議会事務局

☎773・6650

「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、市ウェブサイトに掲載中です。

放送予定議員（質問順位、敬称略、

7月6日（水）から放送予定）

塩川裕紀、桑原圭美、永井拓三
吉田光利、中沢道夫、寺口友彦
中沢一博、黒岩揺光、勝又貞夫
川辺きのい、目黒哲也、梅沢道男、
田中せつ子、大平剛、佐藤剛

布製マスク（平型）を配布します

閤秘書広報課

☎773・6658

厚生労働省が新型コロナウイルス感染拡大を防止する目的で実施した、布製マスク配布事業の在庫を有効活用するため、希望する人に無償で配布します。

配布期間 7月29日（金）まで

※土・日曜日、祝日を除く
配布枚数 1人5枚まで
※不要。直接配布窓口におこしください。

配布窓口と配置枚数

市役所庁舎（各300枚）

保健課、大和・塩沢市民センター

地区センター（各100枚）

雪国おくにじまん会館（浦佐本町）

・数神地域コミュニティセンター

「まほろば」（一村尾）

・大崎農業会館（上2）

・東地域開発センター（茗荷沢）

・五十沢地域開発センター（宮）

・城内地域開発センター（上原）

・大巻地域開発センター（寺尾）

・塩沢公民館（6分區）

・上田農村環境改善センター（広道）

・中之島農村環境改善センター

（仙石）

・南魚沼市トレーニングセンター

（下一日市）

他 配布窓口配置したマスクがなく
なり次第終了。転売を目的とした
利用は不可。

※利用する施設によっては、不織布
マスクの着用をお願いする場合が
あります。状況に応じた、マスク
の使用をお願いします

南魚沼市プレミアム付商品券
取扱店の募集

問・申 大和商工会

☎777・3500

六日町商工会

☎772・2590

塩沢商工会

☎782・1206

南魚沼市観光協会

☎783・3377

南魚沼市まちづくり推進機構

☎778・0511

市が発行を企画している南魚沼市
プレミアム付商品券の取扱店を募集
します。

取扱店資格

市内に店舗を持つ事業者

募集期間

令和5年1月31日（火）まで

※7月14日（木）までに申し込んだ店舗
については、取扱店一覧表チラシ
に掲載します。以降に申し込んだ
店舗はウェブサイトのみ掲載し
ます

申 申込書の配布・提出など詳しくは、
各商工会、南魚沼市観光協会、南
魚沼市まちづくり推進機構にお問
い合わせください。

長岡工業高等専門学校
オープンキャンパス2022閤 長岡工業高等専門学校
総務課

☎0258・349317

F 0258・349700

✉ koho@nagaoka-ct.ac.jp

日 8月11日（木・祝）・12日（金）

会 長岡工業高等専門学校（長岡市西
片貝町888）

対中学生とその保護者

内体験学習、校内・寮見学など

受付期間

7月19日（火）～22日（金）

※先着順。長岡高専ウェブサイトか
らお申し込みください。
い。申し込み方法な
ど詳しくはウェブサ
イトをご覧ください



ご厚意に感謝します

株式会社プリンスホテル様か
ら、令和3年度の「南魚沼のお
いしい湧き水」販売に伴う売上
金の一部として、2,776,
861円をご寄付いただきました。
ご厚意に沿うよう、有効に
活用させていただきます。

地域づくり協議会の取り組みを紹介します ～シリーズ②～

問U&Iときめき課 ふるさと創り班 ☎773・6659

大巻地域づくり協議会

まだ新型コロナウイルスの影響が続いていますが、少しずつ活気を取り戻すために、少人数でも参加できるような事業や地域をつなぐイベントを計画し、住民同士のコミュニケーションを深められる地域づくりに取り組んでいます。活動の一部を紹介します。

大巻ふるさと祭り

今年は8月7日(日)に、五日町雪国スポーツ館周辺を会場に開催します。夕方からは縁日的な催しを計画しています。夜は五日町スキー場から打ち上がる多くの花火が、夏の夜空を彩ります。



おいしいキムチ作り

毎年12月に、大巻地域開発センターを会場に、講習会を開催しています。本場韓国の白菜キムチ作りで、地元のみなさんから大変好評をいただいています。



活動などの問合せ

大巻地域づくり協議会〔寺尾238-1〕

☎776・2032 F 776・2098

✉omaki@triton.ocn.ne.jp

※地域づくり協議会は、市内に活動拠点となる12の地区センターを置き、住民主体のまちづくりを推進するため、安心・安全な社会や美しい環境づくりをめざした地域コミュニティ活性化事業に取り組んでいます

みなみうおぬまニュースプラザ

News Plaza

春の叙勲「瑞宝双光章」を受章 小原元久さん〔市野江〕

小原さんは、昭和42年4月に大和町職員となり、平成20年3月までの41年間、行政事務に卓越した見識を持って貢献されました。また平成20年12月から4年間、南魚沼市副市長としてその要職にあたり、災害復旧や経済再建のために陣頭指揮を執り、当市の持続可能な発展の礎を築き、安全安心な市政運営に尽力されました。

小原さんは「受章は、多くのみなさんのおかげであると感謝しています。一番喜んでくれるであろう亡き妻にも報告したいです。気持ちを新たに、今後も受章に恥じない生き方をしていきたいと思います」と語りました。



6月12日(日) 第13回南魚沼グルメマラソンが開催されました

八色の森公園を主会場に、第13回南魚沼グルメマラソンが3年ぶりに、新型コロナウイルス感染防止対策を行いながら開催されました。

スタート時に強く降っていた雨も次第に小雨になり、緑鮮やかな南魚沼の自然の中、約1,800人のランナーが駆け抜けました。

今年はグルメ村の開催は中止となりましたが、会場では走り終わった参加者の爽やかな笑顔や、ゲストたちによるトークショーやライブなどを楽しむ姿が見られました。

参加者には、新米の時期に南魚沼産コシヒカリが届けられます。



一丁目一番地（後編）

市民病院群は、常勤医師の昼夜を分けた献身的な仕事ぶりであろうじて持ちこたえています。先生方の疲弊感、加えて高齢化が危ぶまれています。焦燥感に追われるように、素人の私も医師探しに奔走しましたが、まさに取り付く島もない状態。途方に暮れつつ歩いている中で出会えたのが外山千也氏（現南魚沼市病院事業管理者、前副市長）でした。

全国のへき地医療を支える大組織である公益社団法人 地域医療振興協会（自治医科大学出身の医師が中心となって設立）する思いで医師派遣の懇願に訪れた私を、吉新理事長と共に対応されたのが当時常務理事の外山氏だったのです。

氏は過去に市民病院の経営相談をされていたこともあり、当地の事情に詳しく、何よりも医療困難地に対する熱意が伝わってきました。私からお願ひして市長付きのアドバイザーに。その後、驚くことに氏は協会の常務理事の要職を辞され、「一医師として素志である地域医療に貢献する」と南魚沼へ移住までされた。そして、私は

市長2期目のスタートと時を同じくして、氏を特命副市長に選任したのです。直後から始まった大混乱のコロナ対応では、最たるワクチン接種事業に、正に陣頭指揮に立っていただくことになりました。

市報6月1日号の（前編）で書いた入院病棟の一部閉鎖もありえた事態を回避できたのは、自治医科大学との「寄付講座」開設（本学所在の栃木県以外では全国初の例）による医師の着任によりですが、それも外山氏の獅子奮迅の活躍がなければ到底成せるものではなかったのです。市は「骨太の方針」を定め、進むべきロードマップを示しました。寄付講座はその後、医師が増員され、念願だった心臓カテーテル診療もできるよう循環器内科を充実。基幹病院との役割分担をもとに地域包括ケア病棟を新設した今春から、病床稼働率は過去にない高さに。道半ばの魚沼の医療体制はやがて理想の姿になっていく。その道をようやく歩き出せた、そう信じています。

国際大学留学生

お国自慢コーナー ～ boast of my country ～

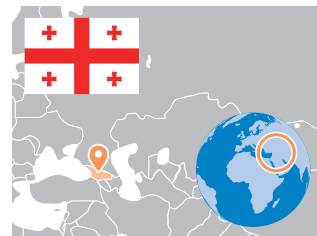
ジョージア レラ トプリアさん



私の国はこんなところ

ジョージアはコーカサス山脈に囲まれ、黒海に面したとても小さな国です。日本ほど有名な国ではありませんが、人類文明の歴史の中で、重要な位置を占めています。ジョージアが「ワイン発祥の地」であることを知っていますか？ 8,000年以上の歴史があります！ブドウを踏みつぶし、果皮と種を果汁と共に巨大な壺に入れ、地中で保存する伝統的製法が用いられています。

私はジョージアの遺産、文化、多様で美しい自然を誇りに思っています。冬の雪と夏の海を一度に楽しむような、それくらい楽しい体験がたくさんできますよ。



南魚沼市に住んで感じたこと

慣れ親しんだにぎやかな首都トビリシから、とても静かな南魚沼へやってきました。ここの静けさが大好きです。朝に山を見ると、1日分のエネルギーが充電できます。自然を楽しめる場所がたくさんあるのは魅力的です。水無溪谷のウォーキングイベントに友人たちと参加したときの、川と森の紅葉の美しい景色が目には焼き付いています。

編集後記

夏の風物詩でもある「兼続公まつり 大煙火大会」が7月18日（月・祝）に開催されます。残念ながら、お六流しや御神輿は行われず、お祭りに付き物の露店の出店はありませんが、3年ぶりとなる花火大会を楽しみたいと思います。また、各地域で花火大会が開催されますので、夜空に上がる花火の写真撮影に挑戦したいと思っています。（N.K）

今月の表紙

6月9日（木）、栃窪小学校の児童と越後上布技術保存協会により、苧麻畑の焼畑作業が行われました。焼畑は苧麻の成長をそろえ、害虫駆除や灰が肥料になる効果があります。暑い中、児童たちは保存協会のみなさんと手際よく作業をしていました。

市民の動き 令和4年5月末日現在 （ ）は対前月比

●人口 54,343人（-31）／男26,593人（-14） 女27,750人（-17） ●世帯数 20,231戸（-4）