

このまちを、もっと近くに

市報とおかまち

2026

10

No.426

TOKAMACHI

みんなで! アツク! ひとつに!

さまざまな人が集まり盛り上がった
大地の運動会2026
(記事20ページ)

「魅力ある十日町市立中学校づくり方針(案)」を

策定しました

問合せ〓教育総務課 (0757-3118)

十日町市教育委員会では、令和8年8月、これからの中学校の姿を示す方針(案)をまとめました。少子化の進行や学校施設の老朽化が進む中、すべての子どもたちに質の高い教育環境を安定して届け続けるため、中学校の再編を含めた新しい学校づくりを進めます。

なぜ、今、中学校づくりを見直すのか

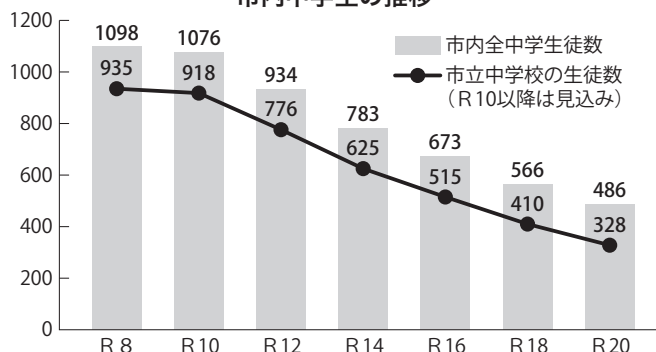
十日町市の中学校を取り巻く環境は、大きく変化。

現在、市内には中学校が10校あります。しかし生徒数の減少が進むと、学年1クラスしかない学校や、全教科に専門の先生を配置できない学校が生まれてしまいます。

子どもたちが質の高い教育を受けるためには、各学年3クラス以上・5教科に複数の先生を配置できる規模が必要です。



市内中学生の推移



項 目	内 容
少子化の進行	現在の市内中学校生徒935人が、令和16年度には515人になる見込み。
施設の老朽化	市内中学校施設の約7割が築40年以上を経過。今後、大規模改修が必要。
財政負担の増大	現在のままだと、多くの施設で同時期に多額の改修費が必要。

魅力ある十日町市立中学校づくりに向けた検討

十日町「みんなの学校」プロジェクト

学識経験者や地域住民、子どもなどの保護者など50人の委員による「十日町「みんなの学校」プロジェクト」を設置。11回にわたる協議を行い、約1,300件の意見を積み上げて「魅力ある十日町市立中学校づくり方針(素案)」をまとめました。

育てたい子どもの姿

新しい中学校では、次のような生徒の育成を目指します。

- 自己肯定感・自己有用感を高め、主体的に成長しようとする生徒
- 多様な仲間と認め合い、協力しながら思考力・表現力・問題解決能力を高める生徒
- 確かな学力と探究的な学びとおして、地域や社会に主体的に関わる生徒

新しい中学校の姿(再編の方向性)

十日町市が目指す学校教育の

姿「ふるさとに遊ぶ。共に生きる。自ら創る。」

これまでの中学校再編の協議をもとに、十日町市では目指す学校教育の姿の実現に向けて、多様な仲間と学び合い、自ら挑戦する力を育みます。また、教科教員の専門性を生かした深い学びと質の高い授業を受けられる環境を整えます。

学校の数

「十日町市立中学校のあり方についての提言」(令和6年3月)では、中期的に2〜3校への再編が示されました。しかし、その後の地域説明会や「十日町「みんなの学校」プロジェクト」での議論とおして、「将来的に1校を目指すなら、最初から全市1校を基本に検討すべき」という意見が多く寄せられました。

プロジェクト・児童生徒アンケートでの意見を踏まえ、十日町市が目指す教育の実現と安定的に学びを保障できる学校規模を確保するため、本方針では、10年後を目途に、全市で中学校を1校に再編することを基本としながら、学びの特性も考慮した上で、地域との合意形成を図っていきます。

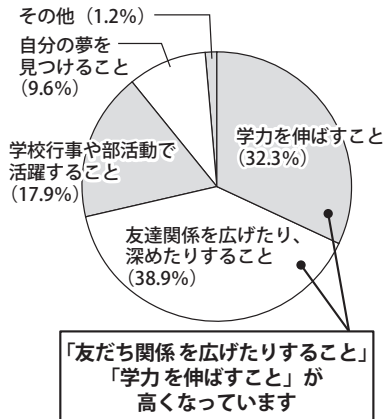
新しい学校で大切にすること

「学校は楽しい」と実感できる教育の実現を目指します。

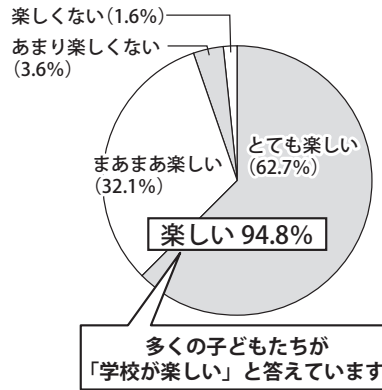
令和7年12月に実施した児童生徒アンケート（回答2,530人）では、中学生の約95%が「学校が楽しい」と回答しています。

魅力ある十日町市立中学校づくりに向けた児童生徒アンケート（抜粋）

（学校への目的）学校でやりたいことは何ですか？



（満足度）あなたの学校生活は楽しいですか？



大切にすること	具体的な取組
安心して学べる環境	先生や友だちに相談しやすい関係づくり・いじめの早期対応
主体的・対話的な学び	自ら考え、仲間と対話しながら深める授業・ICTの積極活用
一人ひとりへの支援	障がいの有無にかかわらず、すべての生徒が共に学ぶ環境
ふるさとを生かした学び	縄文文化・大地の芸術祭など十日町ならではの地域資源を活用
地域とともに歩む学校	地域の人材・企業・団体と連携したコミュニティ・スクール

通学環境の整備

遠距離通学となる生徒への対応を最優先に、安全・安心な通学環境を整備します。

項目	内容
通学手段	路線バス・鉄道などの公共交通を積極活用 対応困難な地域はスクールバスを確保
通学時間の目安	概ね45分以内（夏期）を基本
冬季の対応	待合環境の整備、登校時間の調整、必要に応じた宿泊施設の活用 など

学校施設・教育環境の整備

新しい学校では、次のような施設・環境を整えます。

- 空調・雪対策・防犯対策を充実した、誰もが使いやすい施設
- 多様な学び方に対応した柔軟な教室・学習スペース
- 災害時には地域の避難所としても機能する施設 など

学校の場所

新しい学校の立地は、次の点を総合的に考慮して決定します。

- 必要な施設・運動場・除雪スペースが確保できる用地
- 自然災害リスクが低く、安全性が高い場所
- 公共交通が利用しやすく、冬の通学にも配慮できる場所 など

地域とともにつくる学校

十日町市の中学校づくりは、地域の皆さんと一緒に進めます。

- コミュニティ・スクール（学校運営協議会）を基盤に、地域の声を学校運営に反映
- 企業・地域人材との連携による職場体験・出前授業の充実
- 豪雪・縄文文化・大地の芸術祭など、十日町ならではの地域資源を生かした体験学習

今後のスケジュール

中学校の再編整備にあたっては、丁寧な説明と対話を重ねながら合意形成を図っていきます。



十日町「みんなの学校」プロジェクト



魅力ある十日町市立中学校づくり方針（案）

新しい十日町市立中学校 立地検討委員会 公募委員募集

魅力ある十日町市立中学校づくり方針に基づき、新たに設置する中学校の立地を検討するための会議で、委員として積極的に参加できる人を募集します。

- 募集人数 2人程度

- 任期 令和9年3月31日（予定）まで、第1回目を令和8年10月下旬開催予定
- 会議 11月1回程度

- 応募資格 以下の全ての要件を満たす人
 - ・市内に3か月以上お住まいの18歳以上の人
 - ・教育に関心のある人
 - ・当市の他の審議会などの委員を2つ以上兼務していない人
 - ・市税などを滞納していない人

- ※報酬・交通費支給あり
- ☑ 10月20日（火）必着
- 申込書 申込書（市ホームページに掲載するほか川西庁舎教育委員会、市役所本庁・各支所に配置）に必要事項を記入して、持参、郵送、FAXまたはEメール（tedu-somu@city.tokamachi.lg.jp）のいずれかで、〒948-0019 十日町市水口沢12番地 教育総務課へ（☎ 757-3118、F 768-3161）

居心地のよい学級づくり ～支え合い・学び合い・高め合う学級へ～

問合せ〓教育センター
(0756-5011)

十日町市では、目指す学校教育の姿として「ふるさとに遊ぶ。共に生きる。自ら創る。」を掲げています。そのための取り組みの一つが、「居心地のよい学級づくり」です。

これは、子どもたちへのWEBQUアンケート（＊）を活用しながら、学校の全ての先生が子ども一人一人の様子や学級の状況について話し合い、「誰もが安心して過ごせる学級」や「学びやすい授業」をつくっていく取り組みです。この取り組みを通して、子どもたちの学力を伸ばすことや、不登校になる子どもを減らすことを目指しています。

取り組みを始めて5年目となり、子どもたちの成長につながる成果が見られました。一方で、今後さらに改善していくための課題も明らかになってきました。これまでの成果や課題、今後の当市の方向性について、みなさんにお伝えします。

（＊）学校・学級生活への不適応、不登校、いじめ被害の可能性の高い子どもを早期に発見することで、いじめを無くし、児童生徒にとって充実した学校生活を送れる環境を整えるためのものです。

WEBQUアンケートによる「親和型の学級」の増加

WEBQUアンケートを活用することで、先生方は、子どもたちの回答から学級の状況を客観的に把握することができま

す。学級の中にルールがしっかりと定着し、子どもたちが安心して過ごせるような学級を「親和型の学級」といいます。

子ども同士の関わりや発言が活発で、一人一人が自分の考えを伝えながら、落ち着いて学習に取り組むことができます。

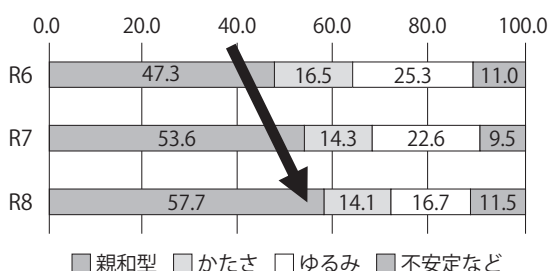
一方で、学級のルールが十分に定着していなかったり、子ども同士の関わりが少なかったりするなど、学級運営が不安定な状態が見られるときもありま



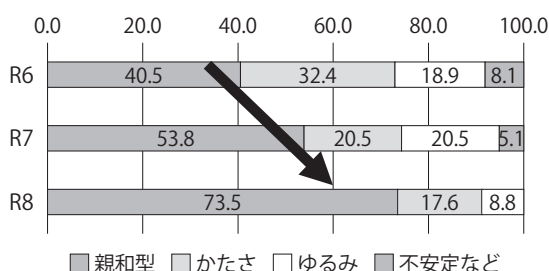
す。この学級のことを「不安定型の学級」といいます。このような学級が見られたときは、即時に、学校全体の先生方が情報を共有し、チームとして学級や子どもたちを支えていきます。このように、WEBQUアンケートを手がかりに、一人一人が「自分の居場所がある」「安心して話せる」「落ち着いて学べる」と感じられる学級づくりを進めています。

小学校、中学校ともに親和型の割合が年々増えている。小学校での取り組みの成果が中学校へつながり、結果に表れた。また、不安定型（崩壊型含む）の割合が中学校では0%となり、居心地のよい学級づくりが浸透してきている。

小学生：WEBQU①（6月）の主な型の割合（%）

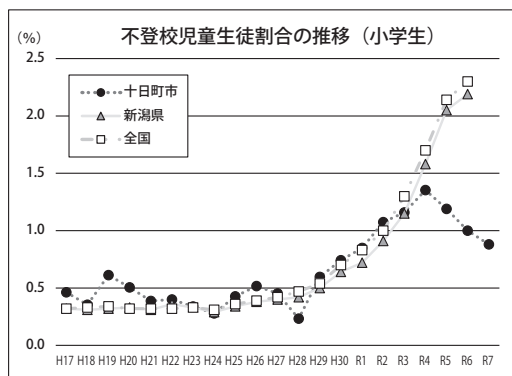
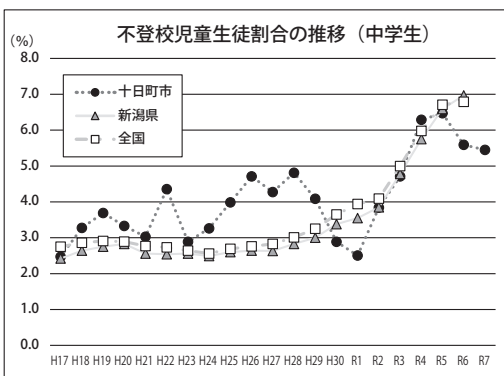


中学生：WEBQU①（6月）の主な型の割合（%）



不登校の割合の減少

「居心地のよい学級づくり」の事業は、令和4年度からスタートしました。令和5年度から小学生の不登校の割合が下が



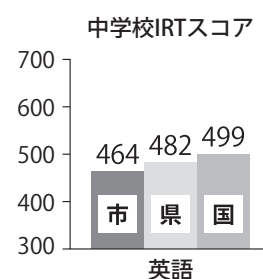
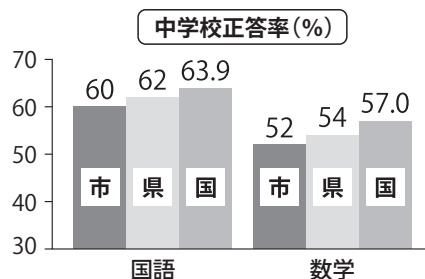
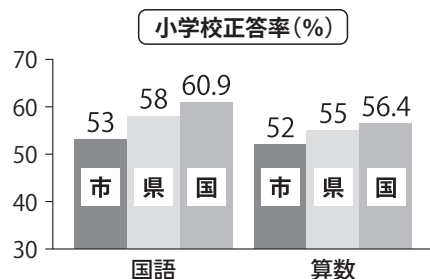
り始め、県や全国の割合を大きく下回るようになりました。

さらに、中学生も令和6年度から下がりはじめています。この要因として、校内教育支援センターによるきめ細やかな取り組みや、子どもに寄り添った支援などさまざまなことが考えられますが、「居心地のよい学級づくり」も大きく影響しています。学級における子どもの居場所の確保が図られています。

全国学力調査の状況

令和8年4月に実施した「全国学力・学習状況調査（対象…小学6年生、中学3年生）」の十日町市の結果をお知らせします。小学校、中学校ともに全国平均を下回っている状況です。なお、中学校英語は、今年度から情報端末（タブレット）を使った学力調査となりました。タブレット上で回答するもので、国際的な学力調査で採用されています。来年度以降は、この方式が拡大していくことから、タブレットでの学習の充実も求められます。

学力状況（正答率）について（小学校＝国語・算数 中学校＝国語・数学・英語）



今後の当市の方向性

子どもたちの学力について、課題が見えてきました。学力を向上させるためには、子どもたちが学校で友達と関わりながら安心して学び、「学びたい」という気持ちを育てることが大切です。市教育センターでは、これまで成果が見られている「居心地のよい学級づくり」を、今後も継続して進めていきます。さらに、子どもたちの「学びたい」という気持ちを高めるため、授業の改善にも取り組みます。授業では、次の3つを大切にします。

- ① 分かること・できることから始め、全員が授業に参加できること
- ② 先生や友達の話聴き、自分の考えを伝え合うこと
- ③ 学んだことを振り返り、次の学びにつなげること

これらを意識した授業づくりを、全教職員で進めていきます。また、家庭学習では、子どもたちが「やってみよう」と思えること、学ぶ必要性を感じられること、できるようにした喜びを感じられることを大切にします。デジタルドリルを効果的に活用しながら、学校と家庭がより一層連携し、子どもたちの学力向上を支えていきます。

決算を報告します

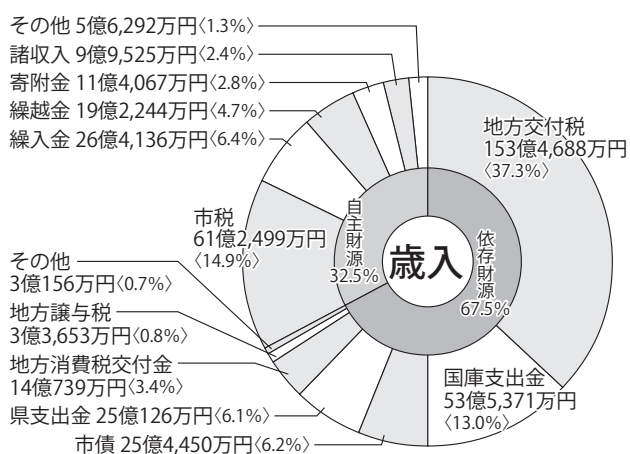
歳出総額は529億4,611万円（一般会計と特別会計の合計）。
「選ばれて 住み継がれるまち とおかまち」を目指し、まちづくりを進めました。決算と合わせて、主要事業や財政・会計状況など、まちづくりの成果をお知らせします。

※端数処理のため各項目での金額と割合が合わないことがあります。

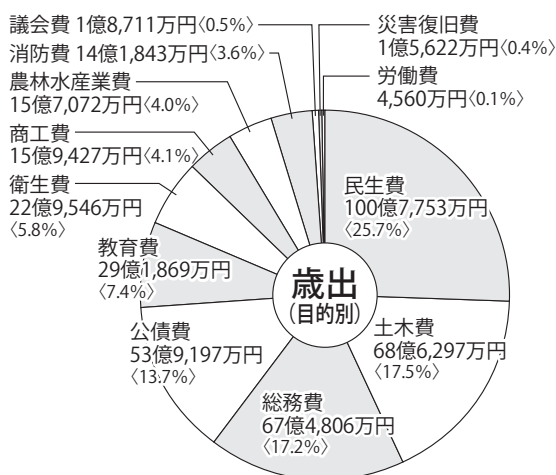
■問合せ＝財政課財政係 ☎757-3114

一般会計

歳入 411億7,946万円【前年度比0.8%増】



歳出 392億6,703万円【前年度比0.8%増】



繰越金 19億1,243万円【前年度比0.5%減】

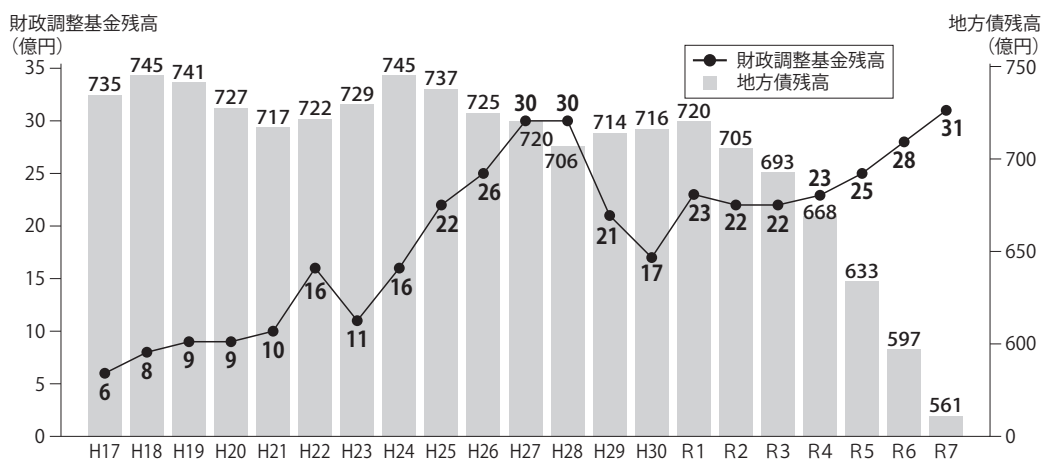
財政調整基金残高と地方債残高の推移

財政調整基金残高

30億9,318万円
【前年度比11.5%増】

地方債残高

561億162万円
【前年度比6.0%減】



都市計画税の充当状況

都市計画区域の一部の土地・家屋所有者に課される税金です。都市計画事業に活用しています。

充当先事業名	決算額 (一般財源額)	充当額
公共下水道債償還費	1億7,580万円	9,093万円
区画整理事業債償還費	6,305万円	3,261万円
都市計画事業債償還費	240万円	124万円
合計	2億4,125万円	1億2,478万円

入湯税の充当状況

温泉の利用者に課される税金です。観光振興や消防施設などの整備に活用しています。

充当先事業名	決算額 (一般財源額)	充当額
大地の芸術祭関連事業	2,054万円	1,910万円
観光振興・誘客事業	4,943万円	4,598万円
消防施設整備事業	860万円	800万円
合計	7,857万円	7,308万円

主要事業

事業費は令和7年度支出額（一部繰越分含む）

人にやさしいまちづくり

- 1か月児健康診査費用を全額助成 49万円
- 産後ケア事業を拡充 368万円
- 幼保小架け橋期の教育を担当する幼保小連携推進員を配置 143万円
- 小学校下学年の学力向上を支援 1,252万円
- 学校給食費の保護者負担を軽減 3,127万円
- 介護予防活動を行う地域団体を支援 74万円
- 介護現場の人材確保を支援 839万円



活力ある元気なまちづくり



- 十日町ファンの拡充に向け、ふるさと納税の取組みを強化 5億4,980万円
- イタリアコモ市との姉妹都市交流50周年事業 510万円
- UIターン者の増加に向けた取組みを推進 3,861万円
- 「移住コンシェルジュ」の相談窓口機能を拡充 1,200万円
- 乳幼児への木製玩具の配布や市産材製品の開発・購入支援を通じて、木育・林業を普及 134万円
- 日本遺産ストーリーを活用した文化観光の推進 767万円
- 2027年に開催する「大地の芸術祭第10回展」に向けた準備 1億2,183万円
- 大地の芸術祭への通年誘客を推進 4,749万円
- 企業の人材確保・育成を支援 2,456万円
- 企業の市場開拓・地域資源活用を支援 3,618万円

安全・安心なまちづくり

- 十日町市防災ガイドブックを作成 1,415万円
- 自主防災組織の活動を支援 186万円
- 避難生活の環境改善を推進 3,531万円
- がん患者の補整具購入費用を助成 48万円
- 新潟大学とのさらなる連携による医療DXの推進 52万円
- 木造住宅の耐震対策費用を助成 203万円
- 都市公園の老朽化した遊具を更新 1,222万円
- 交通事業者と公共交通機関利用者を支援 251万円
- 道路17路線・歩道3路線を整備（令和6年度国補正を含む） 6億3,098万円



まちづくりの推進に向けて

- マイナンバーカードで証明書を簡単に取得できる「らくらく窓口証明書交付システム」を導入 196万円

新市誕生20周年記念事業

- みんなで喜びを共に分かち合う記念式典などイベントを開催 192万円



特別会計

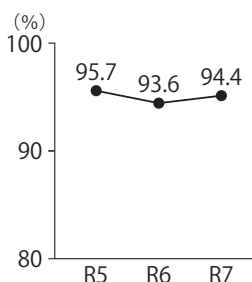
会計名	歳入	歳出
国民健康保険	50億1,415万円	47億9,920万円
国民健康保険診療所	2億6,888万円	2億4,336万円
訪問看護事業	6,130万円	4,804万円
後期高齢者医療	9億558万円	8億8,016万円
介護保険	79億8,419万円	76億9,218万円
松之山温泉配湯事業	3,444万円	1,614万円
合計	142億6,854万円	136億7,908万円



市の財政状況

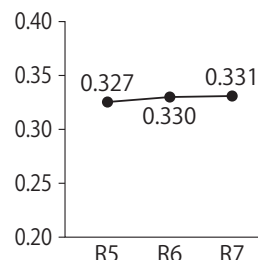
経常収支比率 94.4%

経常的な経費（人件費・扶助費・公債費など）に、経常的な一般財源収入（市税・地方譲与税・普通交付税など）がどの程度充当されているかを表す比率です。



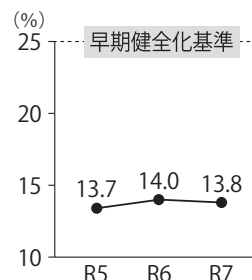
財政力指数 0.331 (3か年平均)

市が標準的な行政を行うときに必要となる一般財源額のうち、どの程度地方税等の収入でまかなえるかを表す指数です。



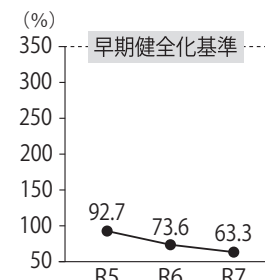
実質公債費比率 13.8% (3か年平均)

市の財政規模と借入金（地方債）の返済額（公債費）の割合を表す比率です。
※早期健全化基準：25%



将来負担比率 63.3%

市の財政規模と借入金（地方債）などの残高の割合を表す比率です。
※早期健全化基準：350%



※早期健全化基準以上になると「財政健全化計画」の策定が義務付けられます。

当市の実質公債費比率と将来負担比率は健全化に努めているため「財政健全化計画」の策定が必要となる国の基準を大きく下回っています。

一部事務組合の決算状況

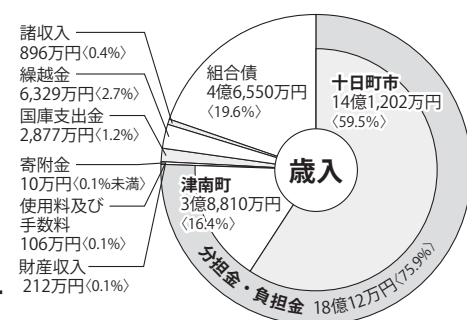
十日町地域 広域事務組合

十日町市と津南町で構成し、消防業務および家畜指導診療業務を行いました。

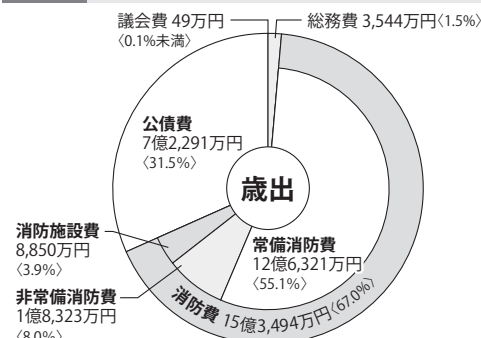
☎十日町地域
広域事務組合総務課
☎757-1556

一般会計

歳入 23億6,992万円【前年度比28.9%増】



歳出 22億9,378万円【前年度比29.2%増】



家畜指導診療所特別会計

歳入	歳出	繰越金
2,964万円	2,776万円	188万円

繰越金7,614万円【前年度比20.3%増】

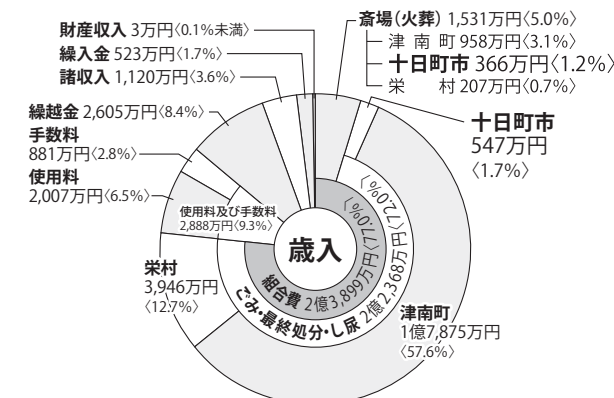
津南地域 衛生施設組合

十日町市は中里・松之山地域の住民を対象に、火葬・最終処分の共同処理を行いました。
※この組合は十日町市・津南町・栄村の3市町村で構成し、火葬・ごみ・し尿・最終処分を共同で処理しました。

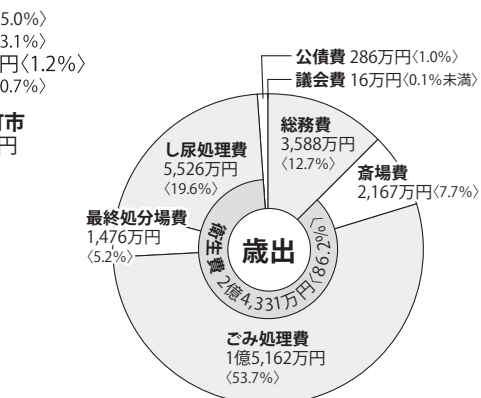
☎津南地域
衛生施設組合総務係
☎765-3495

一般会計

歳入 3億1,038万円【前年度比11.8%減】



歳出 2億8,221万円【前年度比13.4%減】



繰越金2,817万円【前年度比8.1%増】

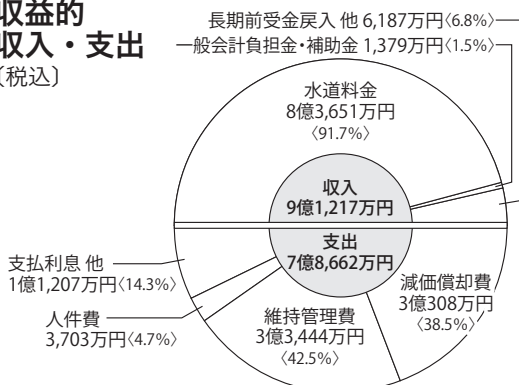
公営企業の決算状況

問 上下水道課経営係 ☎757-6531

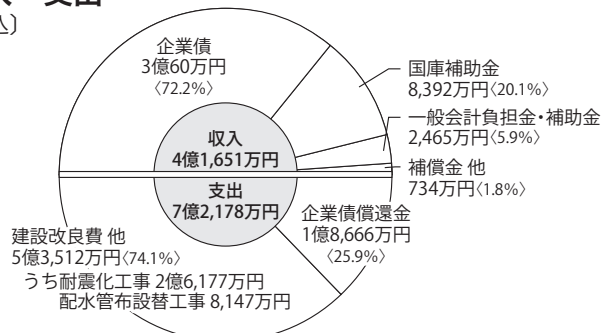
水道事業

令和6年6月から実施した、第2段階目となる平均20%の増額改定の効果が反映されたことに伴い、水道料金は前年度決算額に比べて4,095万円の増収（5.1%増）となりました。安全・安心な水道水を安定的にお届けできるように、引き続き効率的な事業運営に努めます。

■収益的 収入・支出 〔税込〕



■資本的 収入・支出 〔税込〕

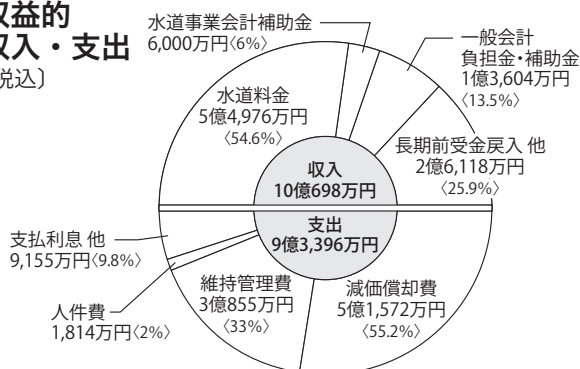


資本的収入が支出に対して不足する額（3億527万円）は留保資金で補てんしました。

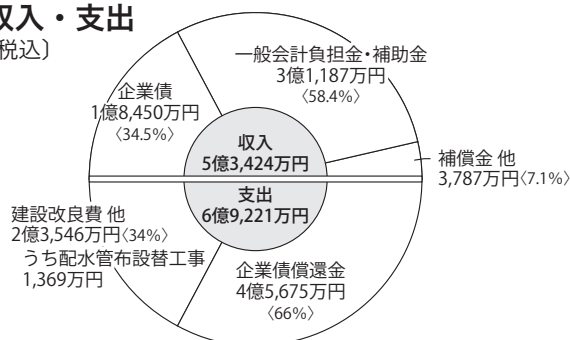
簡易
水道事業

令和6年6月から実施した、第2段階目となる平均20%の増額改定の効果が反映されたことに伴い、水道料金は前年度決算額に比べて2,394万円の増収（4.6%増）となりました。安全・安心な水道水を安定的にお届けできるように、引き続き効率的な事業運営に努めます。

■収益的 収入・支出 〔税込〕



■資本的 収入・支出 〔税込〕

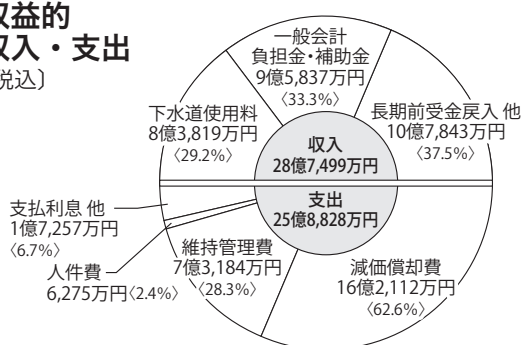


資本的収入が支出に対して不足する額（1億5,797万円）は留保資金で補てんしました。

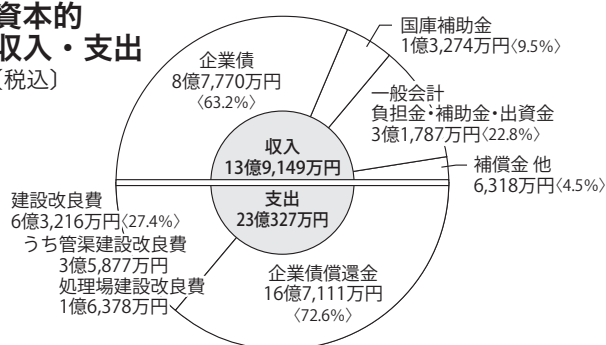
下水道事業

下水道使用料は給水人口の減少などにより、前年度決算額に比べて1,989万円の減収（2.3%減）となりました。また、一般会計補助金は引き続き多額となっています。将来に渡る持続可能な事業運営のため、令和8年6月使用分から下水道使用料を改定するほか、引き続き効率的な事業運営に努めます。

■収益的 収入・支出 〔税込〕



■資本的 収入・支出 〔税込〕



資本的収入が支出に対して不足する額（9億1,178万円）は留保資金で補てんしました。



市の人口は44,509人でした



令和7年国勢調査結果(確定値)のお知らせ

問合せ：総務課行政管理係757-9913

総人口について

- 県内市町村において11番目で、前回調査から5,311人(−10.7%)減少しました。
- 総人口に対する年少人口は9.1%、老年人口は42.5%となりました。

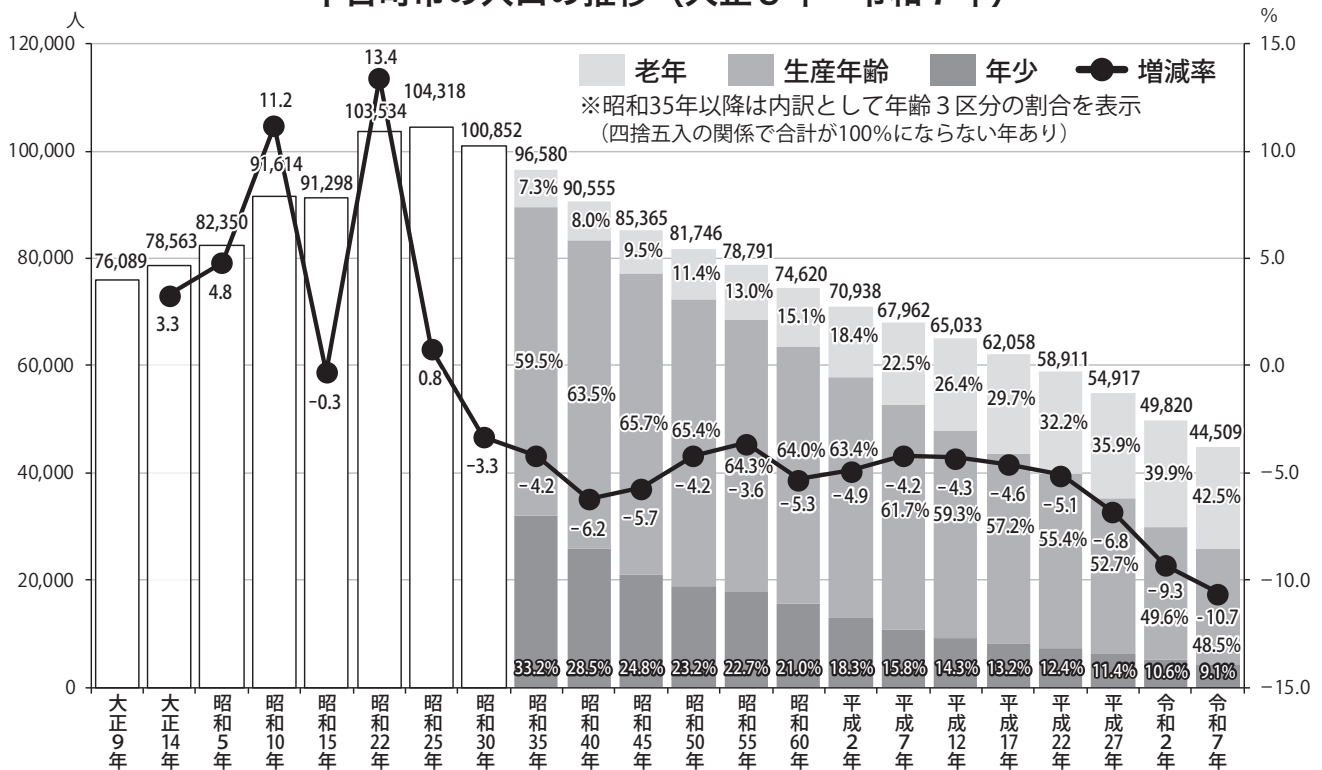
総世帯数について

- 県内市町村において11番目で、前回調査から666世帯(−3.7%)減少しました。

令和7年国勢調査の結果(確定値)が、9月29日に公表されました。調査結果はさまざまな分野で利用され、私たちの暮らしに役立てられます。

地域名・年齢3区分	総人口(単位:人)					総世帯数(単位:世帯)		
	令和7年			令和2年	増減数	令和7年	令和2年	増減数
	計	男	女	計				
十日町市計	44,509	21,813	22,696	49,820	△5,311	17,346	18,012	△666
十日町地域	31,453	15,414	16,039	34,646	△3,193	12,324	12,627	△303
川西地域	5,149	2,571	2,578	5,873	△724	1,906	1,997	△91
中里地域	4,093	1,983	2,110	4,659	△566	1,462	1,518	△56
松代地域	2,367	1,150	1,217	2,816	△449	1,013	1,145	△132
松之山地域	1,447	695	752	1,826	△379	641	725	△84
年少人口(15歳未満)	4,030	2,046	1,984	5,258	△1,228			
生産年齢人口(15~64歳)	21,571	11,275	10,296	24,706	△3,135			
老年人口(65歳以上)	18,908	8,492	10,416	19,856	△948			

十日町市の人口の推移(大正9年~令和7年)



このほかの詳細や他自治体の結果などは、左記の二次元コードを読み取り、政府統計の総合窓口「e-Stat」から確認できます。



詳細は右記の二次元コードより
ご覧ください。
ぜひクックパッドへの登録、
フォローをお願いします！
つくればお待ちしております。



令和8年10月から、料理レシ
ピサイト「クックパッド」に「十
日町市公式キッチン」を開設し
ました。
市の管理栄養士が考案したバ
ランスの良い食事や防災食な
ど、さまざまなレシピを掲載し
ています。栄養バランスが整う
レシピの組み合わせも紹介して
いますので、ご家庭の食卓に
ぜひ取り入れてみてください。

クックパッド 『十日町市公式キッチン』を 開設しました

健康づくり推進課母子保健係 (☎757-9759)

腸活レシピを ご紹介します



叩きいも

材料..長いも120g、乾燥わ

かめ6g、なめこ80g

へわさび醤油)しょうゆ12g

(小さじ2)、練りわさび適量

1. わかめは水につけて戻し、
水気を切る。なめこを茹で
ておく。

2. 袋に皮をむいた長芋を入
れ、すりこぎ棒で叩いて碎
き、お皿に盛りつける。

3. わさび醤油を作り、なめこ、
わかめを混ぜ、長いもの上
に盛り付ける。



クマに 注意しましょう

園農林課林業振興係
(☎757-9917)

県内のクマの出没・
目撃件数が昨年度に
次いで多いことから、
県は「クマ出没警戒注
意報」を発表し、注
喚起を呼びかけてい
ます。
クマへの対策を万
全に行い、身の安全を
確実に守りましょう。



市公式
ホームページ



引き続き、 クマに注意!

秋季はエサを求めてクマの活動が活発となり
ますので、登山やきのこ探りなどで山に入る
際は、引き続きクマに遭わないための対策を
徹底しましょう。

また、人里の柿やクルミ、栗などを求め、**人家
周辺にもクマが出没**してくる可能性が
あります。最新の出没状況を確認するなど、注意
してください。

クマに襲われた場合、 地面に伏せて頭・首・腹を守る



※秋田大学の研究では防衛姿勢をとった方の重症者は、いなかったという結果が出ています。

※画像はイメージであり、実際に人が襲われたところを撮影したものではありません。

出没情報 を確認



クマ出没 マップ



音の鳴る物を 鳴らし続け、クマ撃退 スプレーも携行



親子クマに注意

※子クマの近くに母クマがいる可能性
があります



痕跡を見つけたら静かに立ち去りましょう

単独行動を避ける



柿などの放任果樹の 除去や生ゴミ等の誘引物 を置かない



作業中はこまめに 周囲を確認



※早朝や夕方要注意!

クマから身を守るための方法は
こちらの動画をチェック



令和9年4月の新規入園申し込みを受け付けます

令和9年度市内認定こども園・保育園入園募集案内

子育て支援課保育園係
(☎757-9169)

募集期間

令和8年10月13日(火)～11月13日(金)



お子さんの入園を希望する人は、申込書類を第1希望の施設へ提出してください。認定区分によって利用できる施設が異なります。入園に関する詳細は、各施設などに配置してある入園ガイドを確認してください。

5月以降の入園については、入園希望月の前月10日(休日のときは直前の開庁日)までに申し込んでください。相談は随時受け付けます。

●施設の概要と申込方法など＝下表のとおり

施設区分	認定こども園		保育園		
	幼稚園部分	保育園部分	認可保育所	地域保育所	小規模保育事業所※1
内容	幼稚園と保育園の機能をあわせ持つ施設		就労などを理由に家庭で保育ができない保護者に代わり、児童を保育する施設		
認定区分 ※2	年少～年長児 クラス (1号認定)	年少～年長児クラス（2号認定）または 0～2歳児クラス（3号認定）			0～2歳児 クラス (3号認定)
対象	3歳以上の児童 (施設によっては年度途中で満3歳になった児童の受入可)	保護者が次のいずれかの「保育を必要とする事由」に該当する世帯の児童（事由によって入園期間が異なります） 【保育を必要とする事由】 ●月48時間以上の就労 ●妊娠・出産 ●疾病・障がい ●求職活動 ●就学（職業訓練含む） ●親族の介護・看護 ●災害復旧			
申込先	入園したい第1希望の施設				
申込方法	●申込書類を持参または郵送で提出（上記募集期間中必着）※3、※4 ●マイナポータルから電子申請（1号認定を除く）				
書類配置	●各施設、市役所本庁子育て支援課⑩番窓口および各支所地域振興課市民係 ●市ホームページからダウンロード				
入園決定	各施設が入園を決定し、申込者に連絡します。	●市が入園を決定し、令和9年1月下旬ころに決定通知書を送付します。 ●定員を超える申し込みがあったときは、保護者の就労状況などにより保育の必要性の高い児童から入園を決定するため、第1希望の施設に入園できないことがあります。			

※1：0～2歳児までの児童を対象に預かる施設です。

※2：令和9年4月1日現在の年齢によります。

※3：各施設で申込書類の受け取りや提出を行うときは、事前に各施設に連絡してください。

※4：各施設の詳細はそれぞれのホームページを確認するか、施設へ問い合わせてください。

●施設一覧＝下表のとおり

区分		施設名	所在地 (行政区)	電話番号	受入年齢	開園時間	給食	休日 保育 ※5
認定こども園	幼稚園型	天 使 幼 稚 園	寿町4	752-3466	満1歳～	7:30～19:00	完全給食	
	幼保連携型	むつみこども園	桑原	756-2424	6か月～	7:30～19:00		
		愛 宕 幼 稚 園	川原町	752-3123	6か月～	7:30～19:00		
		慈 光 こ ど も 園	北新田1	752-3587	2か月～	7:00～19:00		○
		いずみこども園	昭和町3	752-4472	2か月～	7:20～19:00		○
		中 条 こ ど も 園	中町	757-5446	2か月～	7:20～19:00		
		北 越 こ ど も 園	本町6の1	757-3860	2か月～	7:15～19:15		
		しんざこども園	新座3	757-6002	2か月～	7:30～19:00		
		うえのこども園	上野	768-2321	2か月～	7:30～19:00		
		あ お の も り	土市1	758-3782	2か月～	7:30～19:00		
		大井田こども園	四日町1	752-2009	2か月～	7:30～19:00		
	保育所型	中里なかよし保育園	田中	763-3322	2か月～	7:30～19:00		
		まつだい保育園	松代	597-2178	2か月～	7:30～19:00		
		千手さくら保育園	学校町	768-2148	2か月～	7:00～19:00		
		あいせんこども園	山本町2	757-0133	2か月～	7:20～19:00		○
認可保育所	公立	鑑 島 保 育 園 ※ 8	南鑑坂	757-8795	6か月～	7:30～19:00	3歳未満児 は完全給食 3歳以上児 は副食のみ	
		高 山 保 育 園 ※ 8	錦町2	757-8908	令和9年 4月1日 時点で 3歳以上 ※6	7:30～19:00		
		きらきら西保育園	下川原町	757-0338		7:30～19:00		
		松之山保育園※8	松之山	596-2225	6か月～	7:30～19:00		
	私立	十 日 町 幼 児 園	本町西1	752-2068	2か月～	7:15～19:00	完全給食	○
地域保育所	水沢南部保育園※9	水沢3	758-2229	満1歳～	7:30～18:30	副食のみ		
小規模 保育 事業所	しらうめ保育園	高田町4	752-4959	2か月～ 2歳児 ※7	7:30～19:00	完全給食		

※5：日曜・祝日に、就労などで保護者が家庭で保育ができないときに児童を預かる保育サービスです。

※6：きょうだい既に入園している児童については4か月～受け入れが可能です。詳細は子育て支援課保育園係に問い合わせてください。

※7：年少クラス以上の児童は、連携施設の「高山保育園」か「慈光こども園」へ優先的に入園できます。

※8：十日町市保育所適正化計画（案）では、鑑島保育園は令和12年度末、高山保育園は令和10年度末、松之山保育園は令和9年度末に閉園する予定です。この計画（案）は10月10日現在で確定ではありません。

※9：水沢南部保育園は令和9年度末に閉園する予定です。

留意事項

- 認定内容や施設によって利用できる時間が異なります。
施設が定めた時間外に利用するときは、延長保育料がかかります。
- バス送迎を希望するときは、各施設に問い合わせてください。
- 各施設の情報は、変更になることがあります。



『十日町市防犯協議会 鈴木龍次 会長インタビュー』

市防犯協議会の活動や、地域が自ら防犯活動に取り組む意義を教えてください。

当協議会では、市内量販店でお客さんに自宅の鍵かけや特殊詐欺被害の防止を呼びかけています。また、小学校での防犯出前講座を実施するなど、地域における自主的な防犯活動のきっかけづくりに積極的に取り組んでいます。その根底には「地域の安全は地域で守る」ことがあります。警察や行政だけでは限界があり、地域の実情に合ったきめ細やかな活動こそが、住みやすいまちづくりの第一歩になります。



地域ぐるみで実現する『安全・安心なまちづくり』
 犯罪のないまちづくりは、地域との絆から始まります

防犯の目的を果たすために、日頃のようなことに気を付けて、パトロールや見守りなどの活動をしていますか。

活動では目立つことを意識し、防犯ベストや防犯マグネットを付けた車でパトロールしています。犯罪者は人の目や声を嫌うので、見られていると感じさせることが最大の抑止力になります。

無施錠による盗難・特殊詐欺・子どもへの犯罪という3つの課題について、それぞれ教えてください。

無施錠については、私自身も鍵かけをせずに自転車盗難された経験があります。「大丈夫だろう」という意識を捨て、盗まれない環境づくりと鍵をかける習慣が何より大切です。特殊詐欺については、事前の知識があり、誰かに相談していれば、防げた被害が多く

あります。地域で発行する広報誌やパトロール活動など、地域独自の取り組みで高齢者に被害防止を意識付けることが重要です。子どもへの犯罪については、子どもを見守ることが被害防止の第一歩です。農作業や散歩での一声でも子どもにとって大きな安心につながります。

また、SNSトラブルの防止には、家庭内でのルール作りや、困ったときに親や先生などに相談できる環境作りが大切です。防犯標語「いかのおすし」を日頃から徹底することも忘れずに。

市民の皆さんへメッセージをお願いします。

防犯への一人一人の関心と行動が、安全・安心なまちづくりの第一歩です。まず自分にできることに気付き、できるところから始めてみてください。



市内の量販店で啓発品を配りながら、お客さんへ鍵かけや特殊詐欺被害の防止を呼び掛けます。



防犯標語『いかのおすし』を学んで、子どもを犯罪から守ります。
 (吉田小学校 青色防犯パトロール出前講座より)

間防炎安全課防炎安全係
 (0757-3197)

毎年10月11日から20日は「全国地域安全運動期間」です

特殊詐欺等の被害発生状況

	区分	令和6年		令和7年	
		件数	被害金額	件数	被害金額
十日町警察署管内	特殊詐欺（オレオレ詐欺・還付金詐欺など）	3件	661万円	10件	3,830万円
	特殊詐欺（SNS型投資・SNS型ロマンス）	6件	7,038万円	5件	6,505万円
新潟県内	特殊詐欺（オレオレ詐欺・還付金詐欺など）	204件	8億9,878万円	295件	14億7,332万円
	特殊詐欺（SNS型投資・SNS型ロマンス）	132件	14億4,072万円	170件	20億6,072万円

十日町警察署生活安全課 高野数馬課長からのアドバイス

ています。



特殊詐欺は今年も増加傾向で、十日町警察署管内でも1月から7月末までの期間で10件・4,434万円の被害が発生しています。

本人同士が直接対面しない特殊詐欺を防止するには、犯人からの連絡を受けないことが重要です。着信音が鳴る前に相手へ警告メッセージが流れる、防犯機能付き電話機が有効ですが、最近では、国際電話不受理手続きや詐欺被害防止アプリも普及し始めています。国際電話不受理手続きと詐欺被害防止アプリは、国際電話を使用する犯人からの着信を拒否できますので、防犯機能付き電話機と併せてご活用ください。

今年は特に、ニセ警察詐欺やSNS型投資・ロマンス詐欺が増加していますので、不審な電話に十分注意し、不審に感じたらすぐに家族や警察に相談してください。

『防犯機能付き電話機』



着信音が鳴る前に相手へ警告メッセージが流れる機能や、会話内容が自動で録音される機能などがあります。特殊詐欺被害の防止に効果があります。

新潟県警察防犯アプリ『にいがたポリス』



県内の不審者や特殊詐欺、クマ出没などの情報を地図に表示する機能や、防犯ブザーやクマ鈴の機能、家族へ現在地を知らせる機能などを備えた新潟県警察公式の無料アプリです。

ワクチン種類	高齢者		小児
	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症	インフルエンザ
接種費用	1,650円 生活保護世帯の人は無料	8,000円	接種料金から 1回1,000円減額
接種回数	1回	1回	2回
対象者	接種日に次のいずれかに該当する人 ①65歳以上の人 ②60歳～64歳で、心臓・じん臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある人（身体障害者手帳1級相当の人）		市内に住所がある中学3年生以下の人
助成期間	令和8年10月1日から令和9年3月31日まで		
実施医療機関	市内の医療機関、津南病院・石川医院・古藤医院（津南町）、藤巻医院（小千谷市） ※詳細は市ホームページの実施医療機関一覧を確認		
持ち物	マイナンバーカードなどの本人確認書類、接種費用、お薬手帳など		母子手帳、医療機関から指示があったものなど
その他	県外での接種を希望する人は事前に問い合わせ		実施医療機関以外で接種するときは減額不可
注意事項	・申込時に対象者であることを伝えてください。支払い後に健康づくり推進課で減額分の払い戻し手続きはできません。 ・新型コロナワクチンとその他のワクチンとの同時接種は、医師が特に必要と認めたときは可能です。その他ワクチンとの接種間隔に制限はありません。		

問 健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の 予防接種のお知らせ

予防接種を受けて「重症化」を予防しましょう

すぐに試せる元気のヒント

菖蒲川先生の「いきいき健康長寿のためのワンポイントアドバイス」

問合せ：地域ケア推進課 地域包括支援係 ☎757-3511

このコーナーでは、十日町いきいき健康調査（平成29年～令和6年にかけて市内の高齢者を対象に実施）からわかった健康長寿の秘訣を菖蒲川先生がお伝えします。



～十日町いきいき健康調査からわかったこと～

- 聞こえ（聴力）が保たれている人ほど、認知機能も保たれやすい
- 反対に、聞こえ（聴力）が低下している人では、認知機能が低下しやすい

つまり、会話や耳から入る音は脳への大切な刺激であり、聞こえを保つことは“認知症の予防”にもつながります。



しょうぶ がわ

菖蒲川先生

市民福祉部技監／
新潟大学特任教授



POINT

軽度の難聴では自覚症状がほとんどありません。

以下の項目にひとつでもチェックがついたら早めに耳鼻科で相談をしましょう。

- ☐ 会話をしている時に聞き返すことがよくある
- ☐ 家族にテレビやラジオの音量が大きいとよく言われる
- ☐ 相手の言った内容を聞き取れなかったとき、推測で言葉を判断することがある
- ☐ 大勢の人がいる場所や周りがうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらい
- ☐ 電子レンジの「チン」という音やドアのチャイムの音が聞こえにくい
- ☐ 耳鳴りがする

出典：新潟県「正しく知ろう 耳の聞こえと補聴器」より

補聴器を
上手に使うって、
会話や外出を
楽しめよう。





このコーナーでは市民の皆さんが健康づくりに取り組み、誰もが生涯元気で健やかに暮らせるように、健康づくりや食育、歯科保健について隔月でお届けします。

問 健康づくり推進課 (☎757-9764)

健康とおかまち21とは

十日町市健康増進計画のことで、生活習慣病やその原因となる生活習慣の改善を目的として、各自治体で策定する計画です。

08

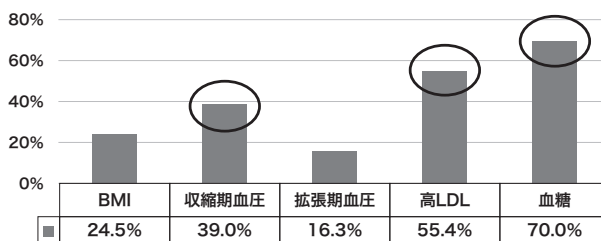
動脈硬化を予防しましょう。

十日町市特定健診の結果

令和7年度の特定健診の結果では、血糖値の高い人が7割、高LDLが5割以上、収縮期血圧が高い人は約4割でした。

高血糖・脂質異常・高血圧は、いずれも動脈硬化を進行させる危険因子です。

R7年度 十日町市特定健診 保健指導判定値以上の割合

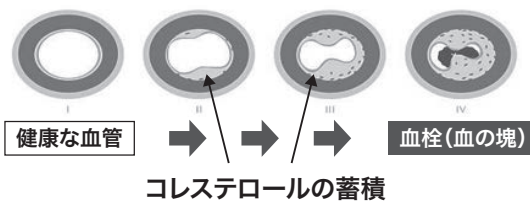


※特定健診対象者：40～74歳の国民健康保険加入者

動脈硬化ってなに？

動脈硬化とは、本来しなやかで弾力のある血管が、硬く・狭くなり、血液が流れにくくなる状態です。LDL（悪玉）コレステロールが血管壁に蓄積・酸化すると、プラーク（塊）を形成し、血管を狭め、もろく破れやすくなります。加齢のほか、高血糖・脂質異常・高血圧などの生活習慣病や、肥満・喫煙・過度なアルコール摂取などが大きく影響します。動脈硬化は、自覚症状がなく、静かに、何十年もかけて進みます。

動脈硬化の進行



動脈硬化が進行すると

動脈硬化が進行すると、全身にさまざまな合併症を引き起こす危険があります。血管が狭くなることで、脳梗塞や心筋梗塞といった血液の塊（血栓）が詰まる病気のリスクが高まります。また、血管がもろくなることで、出血しやすい状態となり、脳出血やクモ膜下出血といった病気につながる恐れがあります。さらに、動脈硬化により腎臓の血流が減ることで腎障害が進み、慢性腎不全（CKD）になる恐れがあります。

十日町市は、
脳出血や脳梗塞などの
脳血管疾患で亡くなる
人の割合が高い！

一年に一度健診を受けましょう

まずは年1回健康診査を受けて、自分の体の状態を知りましょう。

受診が必要と判定されたら、早めに医療機関を受診しましょう。

生活習慣を見直しましょう

動脈硬化の予防には、 生活習慣の改善が必要です。

- ◎**食事**：塩分、糖分、脂肪分の過剰摂取を控え、野菜・魚・食物繊維を積極的に摂りましょう。バランスのよい食事は、高血糖・脂質異常・高血圧の予防につながります。
- ◎**適度な運動**：ウォーキングや水泳などの有酸素運動やストレッチを1日10分×3回から始めてみましょう。（※医師の指示があるときは、医師の指示に従ってください）
- ◎**禁煙および節酒**は、最も効果的な予防策のひとつです。

第3次健康とおかまち21は
市ホームページで閲覧できます。





観光協会がお届けする、とおかまちの魅力的な コト・モノ・スポット 事 物 場 所

■問合せ＝十日町市観光協会 ☎757-3345

「へぎつゆ」で伝統を味わう！ へぎそばフェス2026開催

当市を代表する食の1つ「へぎそば」は、新潟県のご当地グルメとしても多くの
の人に愛されています。きもの文化とのつながりも深く、地域文化を語る上でも
 欠かせないもの。この機会に「へぎそば」の魅力を再発見しませんか。

最新情報ははこちらから

十日町地域へぎそば組合
 インスタグラム

へぎそばの 特徴

- つなぎに海藻の「布海苔（ふのり）」を使用
- 「へぎ」といわれる木でできた器に盛り付ける
- “手振り”や“手繰り”と呼ばれる方法で一口大に丸める



「へぎそばフェス2026」が 開催されます

乾麺2袋が付いたラリーセットを販売店で購入。参加店舗
 を巡って2つ以上のスタンプを集めて応募すると、抽選で賞
 品をゲット！伝統的な麺つゆに「旬の食材」を使ったトッピ
 ングや「洋風アレンジ」など、季節を感じ、パスタ感覚で楽
 しめる創作系などにチャレンジしています。ぜひご参加くだ
 さい。※限定メニューの提供がない店舗もあります。

- 期間＝10月15日(木)～11月30日(月)
- 主催＝へぎそばの里 越後十日町地そばまつり実行委員会
 関道の駅クロスステン十日町 (☎757-2323)

エコラビの地球にいい話 ～守ろう つくろう 自然環境～

Vol.2



ごみ出しをもっと便利に！
 ごみ分別アプリ「エコラビ」
 をご利用ください！



問十日町市民環境会議 地球温暖化対策部会
 (環境衛生課内 ☎752-3924)

ごみを出す日や捨て方などで困った経験はありません
 か？ 市では、ごみに関する様々な情報を身近なスマート
 フォンで簡単に確認できる無料アプリ「エコラビ」を配信
 しています。(通信料は利用者負担)

基本機能

- ・収集日カレンダー
- ・アラート通知
- ・ごみ分別辞典
- ・ごみの出し方

【ダウンロードはこちら】

iOS



Android





職員が生き生きと働く施設内は明るい笑い声が絶えない。



業務は常に利用者とのコミュニケーションを楽しみながら。

十日町の 仕事百景

キラリ輝く企業・ワーカーを紹介

問産業政策課経営支援係 ☎757-3139



「特別」ではなく、
「いつもの毎日」を。

遠田 としみさん

市内出身。
福祉系大学を卒業後、神奈川県内の福祉施設で経験を積む。両親の高齢化に伴い十日町市へUターンし「ほくほくの里」に就職。福祉業界に携わって32年、現在は介護職員責任者として現場を牽引している。

Q. この仕事についたきっかけは？

幼い頃から「高齢者を大切にしたい」という思いがあり、自然と介護の道を選びました。当時はまだ「介護福祉士」という言葉も一般的でなく、業界の体制も整っていませんでした。それでも、自分のやりたいことを見つめ直したとき、やっぱり福祉の世界に携わりたいと思い、この道を志しました。

Q. これまでの努力や苦労は？

最初は年齢の離れた利用者さまとのコミュニケーションに戸惑うことも多く、学校で学んだことだけでは対応できない場面に何度も直面しました。「本当にこの道でいいのか」と悩むこともありましたが、先輩たちから積極的に学び、仲間と支えあえたからこそ、今日まで歩み続けられたと感じています。

Q. 働く中で感じる変化はありますか？

長年働く中で、介護を取り巻く環境の劇的な変化を感じています。デジタル化やAI活用により業務が効率化され、利用者さまに向き合う時間が増えました。一方で、変わらないのは地域密着型ならではの温かさです。職員と利用者さまが安心してゆったり過ごせるアットホームな雰囲気は当施設の特徴ですね。

Q. 次代を担う若者へのエール

利用者さまからの「ありがとう」の言葉や笑顔は何よりのやりがいです。福祉の仕事は過酷だと思われがちですが、働きやすい環境も整っています。相手のペースに合わせ、焦らず待つことができれば大丈夫です。頼れる仲間がサポートしてくれるので、未経験でも安心して一歩を踏み出してほしいです。

社会福祉法人松代福祉会 特別養護老人ホーム ほくほくの里

十日町市太平664番地4

☎597-2020

従業員数：52人

事業概要：「地域を支え、信頼される法人」を目指し、高齢者・障がい者・児童福祉の3分野にわたる総合的な福祉サービスを提供している。

『変わるものと変わらないもの。』

寄り添う心が、地域の未来を創る。』

松代福祉会は、松代地域で高齢者介護、障がい者福祉、認定こども園事業を総合的に展開する社会福祉法人。地域社会の幅広いニーズに応え、福祉向上に貢献するきめ細やかなサービスを提供している。今回取材した特別養護老人ホーム「ほくほくの里」では、介護職員の介護福祉士資格保有率が97%を超え、高い

専門性で利用者一人ひとりに寄り添い、安心できる環境を提供している。タブレットやカメラセンサー、AIなどのICT機器を柔軟に取り入れ、職員の負担軽減と質の高いケアを実現。多職種が連携し、利用者との絆を大切にしたい温かな介護で、地域住民とともに豊かな社会を築いている。

「仕事百景」の取材にご協力いただける市内企業を募集しています。
詳しくは、産業政策課までお問い合わせください（☎757-3139）



市公式インスタグラムでもまちの話題を紹介しています。

市ホームページでは全ページの写真をフルカラーで掲載しています。市報とおかまち電子版もぜひご覧ください。

まちの話題



タウンピックアップ

夜空に浮かぶ光のアート まったり音に浸る秋のひととき

9月19日(土)：段十ろう 駐車場

秋の夜長を楽しむイベント「Light & Lounge Concert in 光り織」が、段十ろう 駐車場で初開催されました。

当日は「光り織」の明かりが華やかに灯り、訪れた人は持参した椅子やシートで寛ぎながら音楽に耳を傾けたり、キッチンカーのグルメや家族、友人との会話を楽しんだり、思い思いのスタイルで特別な時間を過ごしました。



国籍も世代も超えて繰り広げた熱戦

9月20日(日)：奴奈川キャンパス

奴奈川キャンパスで「大地の運動会」が開催され、地域住民をはじめ市内外から多くの人が集まりました。

この運動会は大地の芸術祭の取り組みの一つであり、言葉や文化、世代の違いを越え、みんなでスポーツや交流を楽しむイベントです。国籍や世代など、さまざまな参加者がチームに分かれ、熱戦を繰り広げました。

競技では特大の「おにぎり」を協力して転がす「おにぎりコロコロ」をはじめ、玉入れやパン食い競争、綱引きなどで熱戦を展開。昼食では参加者が輪になり、手作りのお弁当を楽しみました。さらに、太鼓パフォーマンス集団「鬼太鼓座」や瀬戸内国際芸術祭スタッフによるパフォーマンスも披露され、会場は終始大盛り上がり。最後にはチームの垣根を越えて全員で踊り、健闘を称え合いました。

なお、本イベントの運営に携わっているNPO法人越後妻有里山協働機構は、この取り組みが高く評価され、令和7年度に「国際交流基金地球市民賞」を受賞しています。

100歳おめでとうございます ～敬老の日を迎えて～

9月21日(敬老の日)：市内

令和8年度に100歳を迎えられる68人(大正15年4月1日～昭和2年3月31日の間に出生)にお祝い状と記念品を贈りました。そのうち、上村定市さん(貝ノ川)を関口市長と花角知事が訪問し、お祝いの言葉を伝えました。上村さんは100歳という年齢を感じさせないほどお元気で、長生きの秘訣や趣味の畑仕事などのお話しをしてくれました。

また、今年度米寿の88歳を迎える人(昭和13年4月1日～昭和14年3月31日に出生)にも記念品を贈呈しています。節目の年を迎えた皆さん、おめでとうございます。



100歳を迎えた上村定市さん(前列中央左)とご家族の皆さん

お知らせ ガイド

本紙に掲載しているイベント・催し・相談などでも、中止・延期となることがあります。最新情報は、それぞれ問い合わせ先へ確認してください。

市内公共施設のイベント情報は、市ホームページでも確認いただけます。

十日町市 イベント情報



催し・講座



第26回 交通安全大会

日 10月20日(火)午後1時30分～

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

内 式典の部(来賓あいさつ、交通安全誓いの言葉など)、交通安全誓いの言葉など、アトラクションの部(交通安全講話、中野小路たかまるさんによる交通安全漫談)

問 (公財) 十日町地区交通安全協会 (☎757-6055)

第2回 秋季・美協展

日 10月23日(金)～25日(日)午前9時～午後5時(25日は午後4時まで)

会 情報館

内 絵画、工芸、写真、彫刻など
問 市美術協会・小林 (☎080

第18回 十日町愛石会 水石展

日 10月24日(土)・25日(日)午前9時～午後5時(25日は午後4時まで)

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

問 大海 (☎090-2221-1518)

子どもたちの発想が光る！ メガネデザイン展

日 10月24日(土)午前10時～午後6時、25日(日)午前9時～午後5時

会 市民活動センター「十じろう」

内 創業95年を記念して、十日町市・津南町の小・中学生、高校生から寄せられたメガネデザイン100作品を展示します。最優秀作品は実際のメガネとして制作し、会場で初公開します。

開します。

問 メガネ・補聴器ミヤコヤ (☎752-0177)

市民公開講座

脳の健康について考える
〜見逃さないで！MCI〜

日 10月24日(土)午後1時45分～2時45分

会 クロステン十日町3階

対 認知症など脳の健康に関心がある人

定 120人

内 MCIとは？早期発見・相談で未来につなぐ／脳関連疾患の地域連携について

講 宮永和夫さん(ゆきぐに大和診療所医師)、寺島健史さん(魚沼基幹病院医師)

☑ 10月23日(金)

申 左記二次元コードから申込み
問 エーザイ株式会社・佐々木

(☎090-7635-2315)



広告掲載

ろうきん
マイカーローン
金利引下げキャンペーン

実施期間 2026年2/16月～2026年12/30水

保証料
申込手数料

0円
(ろうきん負担)



誰でも
対象!

期間
限定で!

0.3%
金利引下げ!

キャンペーンの
詳細はコチラから!



まずはコチラから!

ネットカンタン仮申込

本申込ではありませんので、
審査結果ご連絡後の
キャンセルもOK!
お気軽にご利用ください。



ろうきん 十日町支店
TEL.025-757-8300

「いのち・愛・人権」 十日町展

1988年以来、毎年新潟県内各地で開催されてきた「いのち・愛・人権」展は、今年初めて十日町市で開催されます。この人権展では私たち一人ひとりが人権問題について学び、差別をなくすための感性、知識、行動力を身につけることを目指しています。

入場は無料です。多くの皆さまのご来場をお待ちしています。

【10月29日(木)】

●記念講演会 午後2時30分～4時30分

【10月29日(木)～11月4日(水)】

●パネル展示 午前9時～午後4時30分 (初日は午後1時から、最終日は午後1時まで)

会 越後妻有文化ホール・十日町市中央公民館「段十ろう」

問 市民生活課 (☎757-3116)

イタリアの休日



日 10月29日(木)午後6時～7時

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

令和8年度 公民館まつり・文化祭

10月14日(水)～10月18日(日)

◆吉田公民館「作品展示会」

●時間 10月14日午後1時～18日正午 (詳細は問合せ)

内 作品展示、吉田フォトコンテスト発表

会・問 吉田公民館 (☎752-2874)

10月25日(日)

◆吉田公民館「YOSHIDA祭(発表会)」

●時間 午前10時～午後3時

内 吉田小あすなろ太鼓・吉田中吹奏楽部演奏・市内音楽団体演奏ほか(予定)

会 吉田中学校体育館

問 吉田公民館 (☎752-2874)

◆下条公民館「下条地区文化祭」

●時間 午前9時～午後2時

内 作品展示、芸能発表、リサイクルバザー、ゲームコーナーなど

会・問 利雪親雪総合センター

会・問 下条公民館 (☎755-2004)

10月25日(日)

◆水沢地区市民センター「第50回水沢地区民文化祭」

●時間 午前9時～午後3時

内 各団体・地域の皆さんの作品展示、50周年記念演芸発表会、軽食販売、マルシェ、バザーなど

会・問 水沢地区市民センター (☎758-3101)

11月1日(日)

◆川西公民館「川西地域文化祭」

内 利用団体など発表会

会 千手中央コミュニティセンター(千年の森ホール)

問 川西公民館 (☎768-2308)

◆下条公民館上新田分館「上新田分館文化祭」

●時間 午前9時～午後2時

内 作品展示、食品バザーなど

会 上新田自治会館

問 下条公民館 (☎755-2004)

◆下条公民館下組分館「下組分館まつり」

●時間 午前9時～午後3時

内 作品展示、パソコン体験教室、食品バザーなど

会 水口集落開発センター

問 下条公民館 (☎755-2004)

11月1日(日)～3日(火祝)

◆松代公民館「まつだいい文化祭」

●時間 午前9時～午後4時※3日は午後3時まで

内 小中学生・松寿大学生・講座生・利用団体などの作品や書道作品の展示など

会 松代総合センター

問 松代公民館 (☎597-2301)

11月3日(火祝)

◆川治公民館「川治公民館文化祭」

●時間 午前9時～午後3時

内 川治公民館・分館、学校や保育園の活動などで製作された作品の展示※各種即売会、バザーあり

会・問 川治公民館 (☎752-2223)

◆飛渡公民館

●時間 午前8時50分～11時40分

内 作品展示、利用団体の発表

会 飛渡第一小学校

問 飛渡公民館 (☎759-2032)

時10分・午後2時〜4時10分
(2回上映)

定各回先着93人(要事前申込み)
〈共通〉

会・申・岡情報館(☎750-5100)



(C) 2015「母と暮せば」製作委員会

越後妻有文化ホール「段十ろう」からのお知らせ

「グランドピアノ演奏体験会」
2台のピアノの響きをホールで体験〜

日11月1日(日)〜4日(水)午前9時
15分〜午後8時

¥1区分700円(30分)

ピアノ・ベヒシュタインEN
/ YAMAHACF

受付開始 10月19日(月)午前9時

他詳細は段十ろうホームページ、Facebook、各公民館配置のチラシを確認

【昭和歌謡コンサート】

日11月29日(日)開演午後1時(開場は午後0時30分)

¥全席指定3千円(当日500円増)※段サポ500円割引券使用可能

円増)※段サポ500円割引券使用可能

内長く愛される唱歌や歌謡曲など誰もが一度は口ずさんだことのある楽曲を、THEカルテットの熱唱と共に楽しむコンサートです。

他車椅子希望者は購入時に申し出てください。

〈共通〉

●プレイガイド・会・岡越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)

自然体験活動指導者(NE ALリーダー)養成研修

日11月7日(土)午前9時40分〜午後7時40分、8日(日)午前7時50分〜午後7時10分

会当間高原リゾート 水辺のホール
対18歳以上

¥1万円、学生8千円※食事代・資格登録料は別途必要

定先着25人

内野外教育現場でリーダーとして必要な基礎的な知識と技術の習得を目標にした研修会です。

☎10月24日(土)正午

申ホームページ「ポポラNEAL」で検索

問あてま森と水辺の教室ポポラ(☎758-4811)

11月3日(火祝)

◆下条公民館上組分館「上組分館文化祭」

●時間 午前9時〜午後2時
内作品展示、農産物即売会、リサイクルバザー、食品バザーなど

会原集落開発センター

他天満宮秋季大祭も開催

問下条公民館(☎755-2004)

◆中条公民館大井田分館「大井田地区文化祭&芸能祭」

●時間 午前9時〜午後3時

内大井田分館講座での制作物や地域の人の作品(書・焼物など)を展示、焼物即売会、利用団体や地域の人による芸能発表(踊り・唄など)、コーヒー粉販売・屋台・キッチンカー出店

会大井田コミュニティセンター
問中条公民館(☎752-2748)

◆中里公民館「なかさと芸能祭」

●時間 正午〜午後3時30分

内利用団体・地域の皆さんによるステージ発表

会ユーモール
問中里公民館(☎763-2493)

11月7日(土)・8日(日)

◆中央公民館まつり

●時間 午前9時〜午後9時
※8日は午後4時頃まで

内講座生や利用団体の作品展示、ステージ発表など

※ステージ発表は8日のみ

会越後妻有文化ホール「段十ろう」、市民活動センター「十じろう」

他まちなか×GAKUENSAI同時開催

問越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)

◆川西公民館「第22回川西地域文化祭」

●時間 午前9時〜午後5時
※8日は午後4時まで

内作品展、ストリートピアノ、公民館講座、ビデオ映写など

会千手中央コミュニティセンター
問川西公民館(☎768-2308)

◆松之山公民館「松之山公民館まつり」

●時間 午前9時〜午後4時
※8日は午後2時まで

内美術展、芸能発表、ミニ講座、松之山出身の水彩画家「南雲義男」特別企画展

会松之山自然休養村センター
他8日は松之山産業祭を同時開催

問松之山公民館(☎596-2265)

11月14日(土)・15日(日)

◆中里公民館「なかさと芸術祭」

●時間 午前9時〜午後5時
※15日は午後3時まで

内利用団体・小中学生や一般から募集した作品展示、特別展、体験イベント(クレイクラフト・ピアノ演奏)

会ユーモール
問中里公民館(☎763-2493)



第58回 十日町市美術展

日 11月13日(金)～16日(月)午前9時
～午後6時（最終日は午後3時まで）

会 越後妻有文化ホール・十日町市中央公民館「段十ろう」

他 表彰式は15日(日)午前9時～9時30分に開催

問 生涯学習課（☎757-5011）

赤十字幼児安全法 支援員養成講習会

日 11月14日(土)・15日(日)午前9時～午後4時

会 市民交流センター「分じろう」

対 満15歳以上

￥ 2200円（教材代・保険料）

※当日支払い

定 先着10人

内 事故の予防、病気・発熱の手当てなど

☑ 11月2日(月)

問 日本赤十字社十日町市地区（社会福祉協議会内・☎757-3565）

十日町病院市民公開講座 脳卒中を防ごう～血圧から始める健康長寿～

日 11月14日(土)午後1時30分～3時

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

暮らし・相談

時30分（受付は午後1時～）

対 十日町市・津南町在住、在勤者

定 50人程度

内 脳卒中予防、血圧管理について
講 十日町病院医師、薬剤師、管理栄養士

☑ 11月6日(金)※定員に達し次第
締切

申 左記二次元コードから申込み

会・問 十日町病院アート部事務局（☎757-5566）



はぐくみのまちづくり フォーラム2026

日 11月15日(日)午後1時20分～3時40分（開場は午後0時50分）

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

定 700人

内 十日町ジュニアウインドアンサンブルによる演奏、スマイリーキクチ講演会「言葉の責任 ネットの被害者・加害者

にならないために」命の大切さ、人生の大切さ、あきらめない心」

他 手話通訳あり

問 生涯学習課（☎757-5011）

つながりの輪広げよう講座 （介護予防ボランティア講座）

日 A…11月18日(水)・12月2日(水)
B…11月19日(木)・12月3日(木)

各日午後1時30分～4時30分

会 市医療福祉総合センター

対 市民で介護予防に興味がある人、通い場やサロンを運営している人

内 2日間で運動、栄養、口腔ケア、認知症予防、レクリエーションなどの知識を学びます。

持 飲み物、筆記用具、動きやすい服装

☑ 各日程初回日の1週間前
申・問 市社会福祉協議会（☎757-3565）

開館30周年 星と森の詩美術館 コレクション展 ～天に星 地には森 人の心に詩を～

日 11月30日(月)までの午前9時30分～午後5時（入館は午後4時30分まで）

休 火曜日、11月4日(水)※11月3日は開館

￥ 500円、小・中学生200円

内 この30年でコレクションに加えられた作品も併せて展示します。藤巻秀正 彫刻めぐり

スタンプラリーは10月31日(土)

まで開催

会・問 星と森の詩美術館（☎752-7202）

防災士養成講座（2日間コース）

日 12月5日(土)・6日(日)午前9時～午後6時

会 保健センター（市役所本庁隣）

定 30人

他 資格取得経費の補助制度があります。詳細は市ホームページを確認してください。

☑ 11月16日(月)

申（公社）中越防災安全推進機構

問 防災安全課防災安全係（☎757-3197）

プラネタリウム ドーム中里きすらら

11月の情報番組です。

● 投影日Ⅱ第1・第2日曜日午前11時～（約35分間）

会 ユーモール2階プラネタリウム室

￥ 高校生以上200円、中学生以下100円（小学生未満無料）

定 34人

内 11月の星空散歩・古代エチオピア王家の物語

問 中里地域まちづくり協議会（☎763-2526 ※平日

広告掲載

夢グループ スーパーセール

売切れ必至！お早めに

テレビショッピング 商品が手に取れる



十日町市旭町161
リオンドール十日町店内

10月開催は 3日間限定!!

16(金)～18(日)

次回は12月開催の予定です

サウンドエース

025-752-4075 9:30～19:00

募集



午前)、ユーモール事務局(☎763-2414)

ポッチャ教室参加者募集

日 10月19日(月)午後2時～3時30分
対 概ね65歳以上の人(初めての人大歓迎)

定 15人程度

持 内履き、飲み物、タオル

講 認定NPO法人ネージュスポ

ー クラブ

各 各回開催日の4日前まで

会・申・岡 越後妻有文化ホール・十日町市中央公民館「段十ろう」(☎757-5011)

自衛官募集

募 募集期間①一般曹候補生…

11月20日(金)まで、②2等陸・

海・空士(任期制自衛官)…

10月22日(木)まで

応 応募資格①②18歳以上33歳未満

試 試験日程①1次試験…11月

28日(土)～12月6日(日)の間でWe

b 試験実施、2次試験…令和9

年1月7日(木)～13日(水)のうちい

ずれか1日、②1次試験…11月

5日(木)～8日(日)の間でWeb試

験実施、口述試験・身体検査…

11月14日(土)(高田駐屯地) または11月15日(日)(新発田駐屯地)のどちらか1日で実施

問 自衛隊新潟地方協力本部長岡出張所(☎0258-33-0256)

県立十日町看護専門学校入学試験(一般前期・社会人特別)

日 11月27日(金)・28日(土)

対 入学希望者

入 入学料9600円

定 一般前期…20人程度、社会人特別…若干名

他 詳しくは学校ホームページを確認してください。

出 出願期間①10月28日(水)～11月

5日(木)

会・岡 県立十日町看護専門学校

(☎757-3450)

十日町市立田沢小学校学校給食調理員募集

就 就業形態①会計年度任用職員(フルタイム)

就 就業時間①午前8時～午後4時45分

主 主な仕事内容①野菜の洗浄や

食材などの下処理、調理、盛

付、配膳、食器・器具洗浄、

清掃・消毒

● 必要資格①特になし(調理師資格があればなお可)

他 事前に施設見学を希望するときは、問い合わせてください。

問 学校教育課・宮沢(☎757-9957)

福祉・健康



11月の全血献血

● 十日町市役所①9日(月)午前10時～11時

問 健康づくり推進課母子保健係(☎757-9759)

プールで筋トレ
体力アップ教室

日 11月20日(土)令和9年2月19日までの毎週金曜日午後1時15分～2時30分(全12回)

対 概ね65歳以上の市民

入 教室参加費は無料、ただし入館料

毎回800円のほか保険料支払い

内 水中運動、健康講話ほか

持 水着、スイミングキャップ、

バスタオル※水着、スイミン

グキャップのレンタルあり

会・申・岡 ひだまりプール(☎768-4880)

ゆずります・ゆずってください「ゆずります」

市報9月号で募集した「ゆずります・ゆずってください」に15点の品物が集まりました。希望者は本庁舎(総合案内)・各支所(地域振興課)に配置している冊子または市ホームページで必ず品物の詳細を確認してから申し込んでください。

No.	品 物	希望金額
1	ペット用ドライヤー	無料
2	ペット用伸縮式リード	無料
3	ペット用バリカン	無料
4	ペット用ケージ	無料
5	個人用ショッピングカート①・②	無料
6	ルームウォーカー	無料
7	クロスカントリー用スキー靴①・②	無料
8	3段はしご	無料

No.	品 物	希望金額
9	ひな人形(7段飾り)	無料
10	ひな人形(5段・ガラスケース入り)	無料
11	サインボード	無料
12	仏壇	無料
13	アルミスコップ	1,500円
14	米収納庫①・②	各5,000円
15	座卓	70,000円

- ・ 先着順ではありません。複数点応募可能です。
- ・ 応募者多数の品物は抽選を行い、結果は11月3日(火)祝以降に当選者のみに通知します。当選後のキャンセルはできません。
- ・ ゆずり受けた品物は、安全を確かめてから使用してください。市と市消費者協会は一切責任を負いません。

☑ 10月23日(金)午後4時

申・問 市消費者協会事務局(市消費生活センター内☎757-3740・平日午前9時～午後4時)



品物の詳細はこちら

子育て



子育て支援課子育て支援係からのお知らせ

【令和8年度全国ひとり親世帯等調査の実施】

こども家庭庁では、11月1日現在で全国ひとり親世帯等調査を実施します。無作為に選ばれた調査地区の母子世帯・父子世帯および養育者世帯を対象に、生活や仕事状況、こどもの状況、福祉制度の利用状況などを調査します。対象世帯には、調査員が11月上旬から中旬に調査票を配布します。調査への協力をお願いします。

【11月11日は児童扶養手当定期支払日】

9・10月分の児童扶養手当を支給します。手当額は手当証書で確認してください。10月に認定を受けた人は、令和9年1月に11・12月分の手当を支給します。

〈共通〉

子育て支援課子育て支援係
(☎757-3719)

スポーツ



第2回体力チェック

日 10月28日(水)午後7時～

会 市総合体育館アリーナ

対 市内在住・在勤の中学生以上

内 20～64歳／握力・上体起こし・

長座体前屈・反復横飛び・20

mシャトルラン・立ち幅跳び・

65～79歳／握力・上体起こし・

長座体前屈・開眼片足立ち・

10m障害物歩行・6分間歩行

持 運動できる服装・内履き・タ

オル・飲み物

問 スポーツ振興課 (☎756-5013)

秋のノルディックウォー

キングin吉田

日 11月1日(日)午前9時20分(受

付は午前8時40分) ※雨天

決行

¥ 高校生以上1200円(当日

1500円)、中学生以下7

00円(当日千円) ※未就学

児無料

内 星と森の詩美術館経由コー

ス・約7km

☑ 10月23日(金)

他 レンタルポール無料

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

くらし・相談



10月の納税・納付

10月は市民税・県民税第3期、国民健康保険税第4期、後期高齢者医療保険料および介護保険料第7期の納付月です。期限(11月2日)内に納めましょう。

問 納税務課 (☎757-3716)・市民生活課 (☎757-3735)・福祉課 (☎757-3757)

11月の休館日

● 段十ろう 第2・4月 ※13日(金)～15日(日)の開館時間は午後6時まで

● 千手中央コミュニティセンター 毎週(火)

● 情報館 第2・4月

● 博物館 2日(月)・9日(月)・16日(月)・24日(火)・30日(月)

● まつだい雪国農耕文化村センター「農舞台」・まつだい郷土資料館 毎週(火)・(水) ※3日は開館

新潟県3R推進キャンペーン

にいがたもったいないゼロ推進キャンペーン実施中!

● 実施期間=12月31日(木)まで

● 参加方法=①新潟県資源循環推進課エコニャンのInstagramアカウント

(右記二次元コード)をフォロー

②指定のハッシュタグを付けて、テーマに沿った写真を投稿



食品ロス削減



冷蔵庫などにしまったまま忘れていた食材の写真と、それを調理するなどして“救出”した写真に#迷子の食材救出大作戦を付けて投稿してください。

衣類リユース



衣類をもらったり、譲ったりするなど、リユースした写真または衣類回収ボックスの写真に#クローゼットのお宝発掘大作戦を付けて投稿してください。

投稿した人の中からそれぞれ抽選で毎月3人にQUOカードPay(3,000円分)、毎月10人に新潟県3R推進キャラクター「エコニャン」オリジナルグッズをプレゼントします。

問 新潟県環境局資源循環推進課 (☎025-280-5160)



詳しくはこちら

下水処理センターを見学しませんか

衛生的な生活を送るために欠かせない下水道の現状や汚水処理の仕組みを分かりやすく紹介します。

●11月7日(土)・8日(日)午前9時30分から2時間程度

●市下水処理センター (〒948-0072 十日町市西本町3丁目688番地)

●市内在住者・在勤者

●定各日50人

●他来場者に粗品をプレゼント

●10月30日(金)

●申・問電話・メール・二次元コードのいずれかで、名前と参加人数を上下水道課経営係 (☎757-6531・メール:t-joge@city.tokamachi.lg.jp) へ



平日の夜間や休日にもマイナンバーカードを受け取ることができます(電子証明書の更新や異動などが伴う手続きは不可)。

マイナンバーカード 時間外開庁のお知らせ

- 市総合体育館 17日(火)
- 川西総合体育館 25日(水)
- なかさとアリーナ(中里体育館) 10日(火)
- 松代総合体育館 毎週(月)
- ひだまりプール 毎週(火)
- キヨロロ 毎週(火)・4日(水)
- ※3日は開館
- 分じろう 毎週(火)
- 十じろう 毎週(火)

日/会

・夜間(午後7時30分まで) 10月22日(木)、11月12日(木) / 本庁のみ

・休日(午前9時~正午) 10月25日(日) / 本庁、11月14日(土) / 中里・松代支所、11月15日(日) / 川西・松之山支所

●申・問市民生活課市民係 (☎755-5154)・各支所地域振興課市民係へ電話またはインターネット予約

最新の日程は市ホームページを確認



最新の日程は市ホームページを確認

家庭で使わなくなった品物を無料回収します

●環境衛生課廃棄物対策係 (☎752-3924)

回収物は諸外国で有効活用されます。ごみ減量と再利用のためにご協力をお願いします。

- 回収日時=11月8日(日)午前9時から正午まで
- 回収品目=未使用または使用済みの食器類・カバン・くつ・ぬいぐるみ
※破損や汚れがある物は回収できません。
- 回収場所=資源物回収センター(エコクリーンセンター隣)

食器類



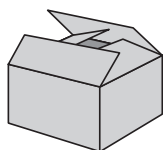
陶磁器製、ガラス製、強化ガラス製、木製、プラスチック製の食器(碗・どんぶり・皿・湯のみ・カップ・コップ・グラス・ジョッキ・とっくり・杯・急須)

回収できない物

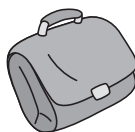
重箱弁当箱、花瓶、土鍋などの調理器具

食器類の出し方

- ・箱(段ボールなど)に食器を入れて、隙間に丸めた新聞紙などを詰めて食器が中で動かないようにしてください。
- ・段ボール箱のフタは止めないでください。
- ・化粧箱にセットで入っているものはそのまま持参してください。



カバン



革、布、エナメル製のカバン(ビジネスバッグ、ボストンバッグ、トートバッグ、ショルダーバッグ、リュックサック、ランドセル)

くつ



左右ペアで揃っているくつ(シューズ、スパイク、サンダル、パンプス)

回収できない物

スリッパ、長靴

ぬいぐるみ



ぬいぐるみ全般

回収できない物

日本人形(ひな人形・五月人形など)

カバン・くつ・ぬいぐるみの出し方

- ・中身が確認できるビニール袋に入れるか、ヒモでしばって持参してください。



市陸上競技場の公認更新を 応援してください

市陸上競技場は、魚沼地域で唯一の日本陸連公認競技場として、多くの人に親しまれてきました。現在、11月の公認更新に向けて、施設改修工事や競技用備品の更新を行っています。これらに係る費用の一部について、ガバメントクラウドファンディング（GCF）を通じて皆さまからのご支援を募ります。皆さまの応援が、子どもたちの夢をつなぐ「未来へのバトン」となります。



●目標金額＝500万円

●募集期間＝12月29日(火)まで

申 右記二次元コード（ふるさとチョイス）から申込み

問 スポーツ振興課体育施設係
（☎756-5013）



コンビニ交付サービス システム停止のお知らせ

システム改修作業に伴い、コンビニ交付サービスとらくらく窓口証明書交付サービスの一部を停止します。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。

●停止日 10月15日(木)午後5時
10時、10月30日(金)午後5時
11月2日(月)午前9時
●交付を停止する証明書 全証
明書（戸籍（全部・個人）、事

催し・講座 募集 福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし相談

令和8年生活のしづらさ などに関する調査の実施

項証明書、附票の写し（全部・個人）、住民票の写し、印鑑登録証明書、各種税証明書）
問 市民生活課市民係（☎755-5154）
●目的 障がい者施策の推進の基礎資料として、在宅の障がい児・者等の生活実態とニーズを把握する
●調査期間 10月25日(日)～11月24日(火)

「土砂災害のおそれのある新たな箇所」の公表

新潟県では、高精度な地形データをもとに、土砂災害のおそれのある新たな箇所を抽出・公表しました。新潟県砂防課のホームページで確認することができ、ハザードマップと併せて確認し、避難行動の参考にしてください。
問 新潟県砂防課企画調査係（☎025-280-5424）



市ハザードマップ



県ホームページ

事業者の皆さまへ 令和9年1月からの 給与支払報告書提出方法変更に関するお知らせ

- ・今までは、前々年に税務署へ提出すべき源泉徴収票が100枚以上の事業者がeLTAXなどの電子提出義務の対象となっていました。令和9年1月提出分からは30枚以上の事業者が対象となります。eLTAX提出に向けた準備をお願いします。詳しくは二次元コードを確認してください。
- ・給与支払報告書を市町村に提出すると、税務署に源泉徴収票を提出したとみなされ、別途提出する必要がなくなります。
- ・eLTAXを使えば各市町村へ自動振り分け提出ができ、業務負担が軽減されます。また、従業員が確定申告をするとき、マイナポータルから給与所得が自動で入力できて便利です。

問 税務課市民税係（☎757-3716）



提出義務化
チラシ



エルタックスの
利用方法



源泉徴収票みなし
提出の内容

レベル5大雨特別警報 発表時にとるべき行動 と車運転の注意点

国では、8月の千葉豪雨を踏まえ、「レベル5大雨特別警報」が発表されたときにとるべき行動」および「レベル5大雨特別警報が発表されたときの車運転の注意点」をわかりやすくまと

めたチラシを作成しました。市ホームページに掲載していますので、警報発表時に慌てず行動できるよう確認してください。
問 防災安全課防災安全係（☎757-3197）



市ホームページ

情報館喫茶コーナー 試験営業

有効活用に向けた需要調査のため、今月からコーヒーや軽食の提供を試験的に実施しています。読書や勉強の合間にぜひ利用してください。

日 平日／午前10時～午後5時、
土・日曜日、祝日／午前10時～
午後4時

休 毎週月・火曜日、年末年始
問 情報館（☎750-5100）

働くことに悩む人の ワン・ステップ相談

日 11月9日（月）・27日（金）両日とも
午後2時～4時※開催日以外

にも随時相談可

会 消費生活相談室

申・問 福祉課 援護係（☎757-9739）

寄付ありがとうございます ございます

※敬称略

- 十日町市へ＝株式会社ムラオ（災害用備蓄飲料水）
- 交通遺児等援助基金寄付金＝上町俄若衆連中

教育相談

日 月～金曜日午前9時～午後4時（祝日・振休除く）

会・問 教育相談センター（丸山町・☎752-7565）

※市立学校長期休業期間中は、学校教育課学校支援係（☎756-5010）へ

女性相談専用電話

日 月～金曜日午前8時30分～午後5時15分（祝日・振休除く）
● 相談 ☎757-3701（市民生活課市民係内）

あなたが所有する空き家を
次の人に託しませんか

空き家バンク 登録物件募集中

問 空き家利活用ミッション型地域おこし協力
隊・村山（十日町市移住コンシェルジュ内・
☎755-5444）

子ども情報の ひろば



11月の「すこやかランド」

【リズム遊び戸手遊び】

日 4日（水）午前10時～11時

対 生後4か月～1歳程度の乳児とその保護者

問 段十ろう（☎757-5011）

11月の「なかよしランド」

【七五三遊び】

日 10日（火）午前10時～11時

会 市総合体育館柔道場

【ギターを使った手遊び】

日 17日（火）午前10時～11時

会 情報館

講 佐藤勇太さん

〈共通〉

対 未就学児とその保護者

¥ 会費あり（詳細は問合せ）

他 新規参加者を随時募集中（体験・見学可）

問 段十ろう（☎757-5011）



あいどるきゃっち 255 My precious kids



姉の凜依ちゃん（5歳・写真左）と一緒に

家族みんなで十日町おおまつりを楽しみました。ママが笛を吹き、じじが太鼓の指導をする姿を見て、少しずつまつりの魅力を感じている翠斗ちゃん。家でも「おいよい！」と言ったり、笛の動画を見ながらアンパンマンの太鼓をたたいて遊んだり、まだまだまつり気分が続いています。翠斗ちゃんもいつか本物の太鼓をたたく日が楽しみです。

丸山

すいと
翠斗ちゃん（3歳）
田中町西

わが家のアイドル募集中！
申し込みは専用フォーム（下記二次元コード）または企画政策課広報広聴係 ☎757-3112 まで



子育てに関する情報は市のホームページや LINEもご覧ください。

乳幼児健診日程



市LINE公式アカウントを友だち登録し、お子さんの生年月日を設定すると、対象となる健診の約1か月前に通知が届きます。

イベント・育児相談



◆11月の健康・福祉の相談

精神科医によるこころの健康相談

日 13日(金)午後2時～4時

会 保健センター（市役所本庁舎隣）

日 6日(金)

申・間 健康づくり推進課成人保健係
(☎757-9764)

発達支援に関する相談

日 月～金曜日午前8時30分～午後5時15分（祝日・振休・年末年始を除く）

対 18歳まで

間 発達支援センター（☎752-7270）

電話による健康相談

とおかまち健康ダイヤル24

☎0120-108-221（市民専用）

※24時間・年中無休

※通話・相談無料

※メンタルヘルスの

相談は対象外

専用ダイヤル登録用
二次元コード



新潟県こころの相談ダイヤル

☎0570-783-025

※24時間・年中無休

救急医療電話相談（概ね15歳以上）

☎ #7119

日 毎日午後7時～翌朝午前8時

内 急な病気やけがなどに関する相談

小児救急医療電話相談（15歳未満）

☎ #8000

日 毎日午後7時～翌朝午前8時

内 急な発熱やけがなどに関する相談

11月の休日救急医

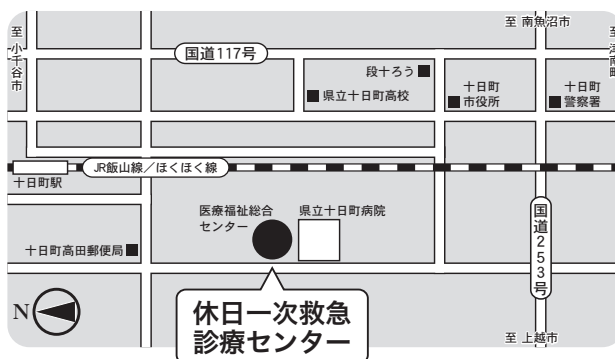
● 診察受付時間：午前8時30分～

（午後の診察開始時間は直接センターに問い合わせてください）

期 日	医療機関名	住 所	電話番号
1日(日)	休日一次救急 診療センター (医療福祉総合センター内)	高田町3丁目南	757-3411
3日(火祝)			
8日(日)			
15日(日)			
22日(日)			
23日(月祝)			
29日(日)			

※症状などを聞きとりますので、来院前に電話をしてください。電話がつながりにくいときは、時間をおいてかけ直してください。
※変更があったときは、市ホームページやあんしんメールなどでお知らせします。

休日一次救急 診療センター ご案内



- ・登園・登校許可証や診断書などの記入はできません。平日にかかりつけ医や近くの病院へ問い合わせてください。
- ・休日や夜間に医療機関の受診の判断に迷ったときは、左記の「電話による健康相談」などを利用してください。
- ・津南病院では第1・第3土曜日に内科の診療を行っています。

◆11月のそのほかの相談

教育相談・女性相談専用電話は30ページをご覧ください

法律相談

日 5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)・午後1時30分～4時

会 本庁相談室

申・間 市民生活課市民係
(☎757-3116) ※要予約

行政相談

日／会 18日(水)午後1時30分～3時30分／千手中央コミュニティセンター

間 市民生活課市民係(☎757-3116)

定例年金相談

日 12日(木)・26日(木)午前10時～正午、午後1時～3時

会 クロステン

申・間 日本年金機構六日町年金事務所(☎025-716-0008) ※要予約

消費生活相談

日 月～金曜日午前9時～午後4時（祝日・振休・年末年始を除く）

対 悪質商法・買い物・契約で困っている人・借金問題

他 面談相談は要予約

申・間 市消費生活センター
(☎757-3740・F752-6924・メール：
t-shohi@city.tokamachi.lg.jp)

多重債務相談

日 25日(水)午後1時～4時
23日(月)までに要予約

会 本庁相談室 内 借金トラブル

間 市消費生活センター
(☎757-3740)

心配ごと相談

日 随時受付

会・申・間 社会福祉協議会
(☎757-3565)

生活困窮者相談

日 午前8時30分～午後5時15分
(土・日曜日、祝日を除く)

会・間 社会福祉協議会
(☎757-3565)

ケーブルテレビ・インターネット

十日町エリア
ご利用世帯数 **2,600世帯**

NCT

は子育て世帯を応援します!

トキっ子くらぶ会員限定

NCT **子育て応援割**
適用で

※本割引の適用はNCT光インターネット「1Gコース」または「10Gコース」のご契約が必要です。また、トキっ子くらぶ会員であることが条件となります。他にも適用条件がございます。詳しくはお問い合わせください。

インターネット1Gbps + ケーブルテレビ + 固定電話

税込月額 **7106円**

毎月 **330円** オトク!



税込月額

6776円

詳しくはこちらから



テレビ・インターネットのお困りごと、ご相談ください!

NCTショップ十日町店

妻有ショッピングセンター内【ダイソー様入口脇】

営業時間

10:00~17:00

定休日

火・水・お盆・年末年始

10/24(土) 25(日)

10:00~16:00

抽選会開催

ハズレなし! 日用品が当たる!

0120-080-009

【電話受付時間】9:30~17:30 長岡市千場1丁目7番9号

※上記時間以外・土日祝・お盆期間・年末年始は時間外受付に転送されます。
※掲載内容は9月末時点の情報です。



十日町駅 徒歩3分! リオン・ドール十日町店内

JCVコワーキングスペース

高速Wi-Fi & 学生1時間無料!

学生の皆様、1時間まで無料でお試ください!



JCV加入者・同居家族

無料

JCVサービスご契約者様

学生

1時間まで**無料!**

2時間以降 110円(税込)

1日利用 440円(税込)

学生証をご提示ください

利用料金 一般110円/時間、550円/日
学生は1時間無料、以降上記料金

施設概要 座席数14席(カウンター5席、丸テーブル9席)
USB A/C・コンセント完備、
JCVネット10ギガをWi-Fiで提供

その他 電子決済のみ
年齢制限16歳以上(高校生以上)、
15歳以下は保護者同伴可、飲料可、
身分証・学生証要提示

営業時間 10:00~17:00

定休日 木曜日
(イベント等による臨時休業あり:10/10・18 他)

あなたの街のケーブルテレビ

JCV 十日町センター

〒948-0079 十日町市旭町161番地 リオン・ドール十日町店内

お問い合わせ窓口

0120-988-945

TEL:025-752-5211



コワーキングSP
詳細はこちら

あなたの経験・知識を 地域で活かしませんか?

会員募集中

十日町市・津南町在住の60歳以上の方



ホームページ
入会手続きご案内

公益社団法人 十日町地域シルバー人材センター

十日町事務所 ☎(025) 752-0888

津南事務所 ☎(025) 761-7676

広告募集

市報とおかまちは毎月1回発行しています
ぜひ活用してください

【裏表紙広告(カラー)】

●枠数=10枠

(申込状況次第で枠の連結可)

¥1枠30,000円(縦49mm×横86mm)

【中面(お知らせガイド欄)広告(モノクロ)】

●枠数=20枠

(枠の連結は4枠まで)

¥1枠12,000円(縦49mm×横86mm)

各号の申し込みスケジュール注意事項などの詳細は市ホームページ(右記二次元コード)を確認してください。



申し込み・問い合わせ先
企画政策課広報広聴係
☎757-3112