

このまちを、もっと近くに

市報とおかまち

# TOKAMACHI

2026

2

No.418



舞え!

宙高く  
手荒な祝福



## 奇祭「むこ投げすみ塗り」開催

天候に恵まれた1月15日(木)、300年以上前から受け継がれ、時代とともに形を変えてきた松之山温泉の行事が行われました。今では結婚を祝う行事として、5メートルの高さから宙高く舞う婿に、会場は大きな歓声に包まれました。



## 春の訪れを告げる恒例イベントを開催します

※ 新市誕生20周年記念事業 ※

### 第38回 雪原カーニバルなかさと

日 3月7日(土) 午前11時～午後7時30分

会 清津川フレッシュパーク

(ゆくら妻有裏)



しゃぼん玉アーティスト AWABITO によるパフォーマンスの様子

伝統のスノーキャンドルや打ち上げ花火のほか、新たに「しゃぼん玉アーティストAWABITOによるパフォーマンス」、「無印良品 直江津との協力企画」、「キャンドルアート」など、新たな楽しい催しで皆さんをお迎えします。

スノーキャンドルの設置、点火はどなたでも自由に参加できます。皆さんそれぞれの思いを込めて明かりを灯しましょう。キャンドルのあたたかな光に包まれて春の訪れを喜びませんか。

中里支所前発の無料シャトルバスまたは  
自転車送迎でお越しください。

問 雪原カーニバルなかさと実行委員会  
(中里支所地域振興課内・☎763-2511)



公式  
ホームページ

### 第36回 越後まつだい冬の陣

※ 新市誕生20周年記念事業 ※

メインイベントは松代城への一番乗りを目指す  
雪中鉄人レース「のっとれ! 松代城」。

優勝者には第36代越後松代城主の称号や米一石(150キログラム)などが贈られます。

新市誕生20周年記念として新米や芝峠温泉入浴券などの参加賞や、抽選での豪華賞品(世界文化遺産佐渡ヶ島宿泊券など)も多数用意しています。

明治大学応援団も駆けつけ、前夜祭にはカラオケ大会、よさこい踊りに大スターマインなどの雪中花火で会場を盛り上げます。

食い倒れ横丁やキッズパーク・スノーモービルの乗車体験で食べて遊んで2日間お楽しみください。



日 3月7日(土) 正午～午後8時(前夜祭)

3月8日(日) 午前9時～午後3時(「のっとれ! 松代城」は8日午前11時スタート)

会 松代総合体育館グラウンド

問 越後まつだい冬の陣実行委員会

(松代支所地域振興課内

☎597-2220)



公式  
ホームページ

Pick Up

#### 支援制度のお知らせ



#### 住民税非課税世帯重点支援給付金・灯油購入費助成金 支給対象者の拡充と申請期限の延長について

● ● ● ● ● 問合せ：福祉課給付金担当 ☎755-5217

市報とおかまち令和8年1月号にてお知らせした住民税非課税世帯重点支援給付金・灯油購入費助成金について、支給対象者の拡充と申請期限を延長します。

● **支給対象者**＝令和7年12月2日以降に十日町市へ住民登録がされた人で、世帯員全員が令和7年度の住民税が非課税である世帯(住民税が課税されている親族などの扶養を受けている人のみで構成されている世帯は除く) **【拡充】** ※要申請

● **申請期限**＝令和8年3月19日(木) **【延長】**

※詳細は市ホームページをご覧ください。





## 十日町市職員採用試験

● ● ● ● ● 問合せ：総務課人事係 ☎757-9787

令和9年4月1日採用の十日町市職員採用試験（第1回）を実施します。また、民間企業などにおける職務経験期間が3年以上ある人を対象とした、年度途中採用も開始します。ジブンとジモトの未来がかさなるシゴトです。熱意を持った皆さんの応募をお待ちしています。

### ■試験日程

#### 【第一次試験】

筆記試験 令和8年3月29日(日)

●会場＝十日町市役所

●試験＝SPI試験・作文

【第二次試験】 個別面接試験 令和8年4月中旬予定

【第三次試験】 個別面接試験 令和8年5月上旬予定

### ■試験職種および採用予定人数

職 種	採用予定人数
一般事務上級	20人程度
土木技師上級	合わせて 3人程度
土木技師中級	
建築技師上級	1人
保健師	2人
社会福祉士	1人
学芸員（考古）	1人

新たに  
開始します

## 社会人経験者の年度途中採用

出願のとき採用時期を以下から選択できます

令和8年  
7月1日～

令和8年  
10月1日～

令和9年  
1月1日～

令和9年  
4月1日～

■対象者＝職務経験期間が3年以上ある人

■試験日程＝上記と同日実施

### ■試験職種および採用予定人数

職 種	採用予定人数
社会人経験者（一般事務上級）	合わせて 10人程度
社会人経験者（一般事務初級）	
土木技師上級	合わせて 3人程度
土木技師中級	
建築技師上級	1人
保健師	2人
看護師 ※職務経験期間5年以上	1人
社会福祉士	1人
学芸員（考古）	1人

### 上記試験に関する共通事項

■申込方法＝十日町市職員採用試験要項（市ホームページに掲載）を確認し、必要書類を人事係へ提出してください。申込書類は返却しません。

■申込期限＝令和8年3月13日(金)

■持参するとき＝平日午前8時30分～午後5時15分に人事係へ

■郵送するとき＝必ず簡易書留郵便で送付（3月13日(金)までの消印有効）

詳しくはこちら（市ホームページ）







## 市民税・県民税 申告相談会を開催します



# 申告相談会日程（川西地域、十日町地域）のお知らせ

問合せ：税務課市民税係 ☎757-3716

川西・十日町地域の日程についてお知らせします。中里・松代・松之山地域の日程は、市報1月号14ページを確認してください。

## ■ 相談日程と会場

地域	申告会場	期日	行政区（受付時間：午前9時00分～11時30分、午後1時00分～3時30分）
川西	川西支所 地域活動室	2月20日(金)	【午前】仙田地区の全部・原田・根深・下原 【午後】木落・寺ヶ崎・塩辛・仁田・野口・四十歩
		2月24日(火)	【午前】上野・みのり団地・元町・新町新田 【午後】沖立・伊友・高原田・下平新田・三領・小根岸
		2月25日(水)	【午前】中島町・山野田・発電所通り（西・東）・南台・千手栄町・朝日町・四郎兼・東善寺 【午後】千手上町・中央町・田中町・神社町・学校町・中屋敷・寺尾・美咲町・木島・坪山・霜条・鶴吉
		2月26日(木)	【午前】中村・六箇山谷・麻畑・田麦・二ッ屋・船坂・塩ノ又・稲葉・吉田山谷・小泉第1～3・樽沢 【午後】北鑑坂第1～3・南鑑坂・高島第1～2・鉢第1～2・中手・中平・名ヶ山
		2月27日(金)	【午前】上新田第1～4・山際・原・廿日城・岩野・下条栄町・下条中央通り・桑原・野田・蟹沢・為永 【午後】下条本町・山根・貝ノ川・新保・水口・下条下山・新光寺・仙之山・平・瀧野・二子・願入・塩野
		3月2日(月)	【午前】水沢第1～3・馬場第1～4・太田島第1～3・土市第1～5 【午後】新宮第1～2・当間・大石・南雲・中在家・水沢市ノ沢・珠川
十日町	十日町保健 センター (本庁舎隣) 1階会議室 A・B	3月3日(火)	【午前】伊達第1～4・大黒沢第1～3・姿第1～2・安養寺・幸町 【午後】大黒沢東・小黒沢・天池・細尾・池ノ尻・漆島・池沢・野中・楸柄沢
		3月4日(水)	【午前】本町（東・西）1丁目（上・下）～6の3丁目・袋町（東・中・西）・十日町栄町 【午後】寿町4丁目・高田町1～3丁目（西・南）・丸山町・昭和町1～4丁目
		3月5日(木)	【午前】西寺町・七軒町・泉町・加賀糸屋町・関口樋口町・駅通り・西浦町（東・西）・稲荷町1～3丁目（本通り・東・南・北） 【午後】稲荷町4丁目・稲荷町西・西本町1～3丁目・千代田町・八幡田町・下川原町
		3月6日(金)	【午前】宮下町（東・西）・諏訪町・神明町・学校町1～2丁目・水野町・若宮町・田中町（東・西・本通り）・川原町 【午後】上川町・田川町1～3丁目・住吉町・江道・猿倉・津池・菅沼・大池・十日町赤倉
		3月9日(月)	【午前】川治上町第1～2・川治中町・川治内後第1～2・川治下町第1～3 【午後】妻有町東1丁目・妻有町西1～2丁目・城之古第1～3・城之古東町・塚原町
		3月10日(火)	【午前】谷内丑第1～2・北新田第1～3・高山2～4丁目・錦町1～2丁目・美雪町1～3丁目・桜木町 【午後】春日町1～3丁目・高田町4～6丁目・山本町1～5丁目・千歳町1～3丁目・寿町1～3丁目・河内町・関根第1～2・浅之平・笹之沢・落之水・池之平・孕石・長里・控木
中条		3月11日(水)	【午前】新座第1～4の2・中条菅沼・山新田・枯木又（東・西）・蔵平 【午後】本町7丁目1～2・三和町・四日町中原・三ツ山・上田原・池谷
		3月12日(木)	【午前】四日町新田第1～4・南新田町1～3丁目 【午後】四日町第1～4・尾崎・五軒新田・太子堂・塚田・中条八幡・上原新町
		3月13日(金)	【午前】中条上町・中町・背戸・下町・中条島・中条峠・梅沢・中条新田・北原 【午後】上原・旭ヶ丘・中条旭町・市之沢・嘉勝・轟木・焼野・魚之田川・新水・宇田ヶ沢

●持ち物＝マイナンバー確認書類および本人確認書類、所得税の還付を受けるときは申告者名義の金融機関口座がわかるもの、税務署からのお知らせハガキ、相談内容に応じて次の書類

【所得に関する書類】源泉徴収票・支払証明書、作成済みの「収支内訳書」、収入金額と必要経費がわかる書類

【控除に関する書類】国民年金保険料控除証明書・領収書、社会保険料控除証明書など、生命保険料・地震保険料控除証明書、作成済みの「医療費控除の明細書」または「セルフメディケーション税制の明細書」、障がい者手帳、障がい者控除対象者認定書、寄附金の領収書または証明書





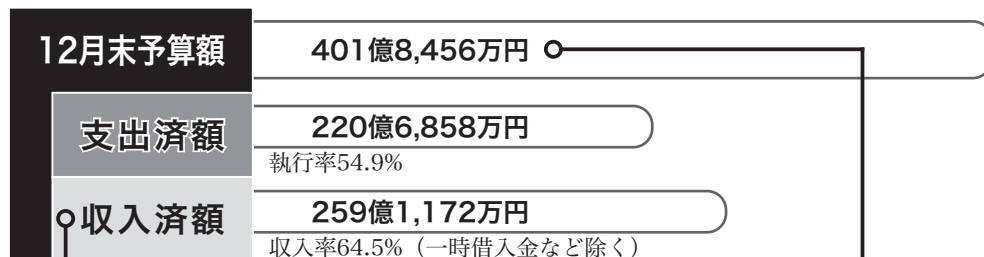
## 財政事情の公表

問合せはそれぞれに記載

### 十日町市

●問合せ：財政課財政係 ☎757-3114

#### 一般会計



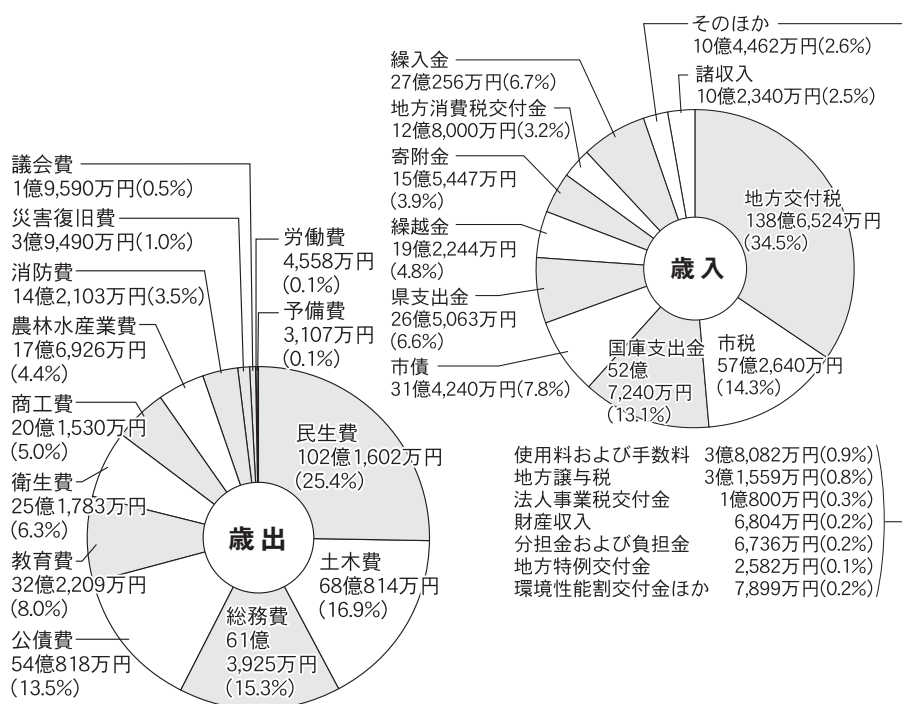
「十日町市財政事情の作成及び公表に関する条例」、「十日町地域広域事務組合財政事情の作成及び公表に関する条例」に基づき、令和7年12月31日現在の市と広域事務組合の予算執行状況をお知らせします。

#### 市税収入済額の内訳

税目	収入済額	構成比
固定資産税	30億4,590万円	56.1%
市 民 税	17億4,244万円	32.1%
軽自動車税	2億3,358万円	4.3%
市たばこ税	2億2,392万円	4.1%
都市計画税	1億2,382万円	2.3%
入 湯 税	5,657万円	1.0%
計	54億2,623万円	100.0%

●市民一人当たり納税済額＝約12万円（令和7年12月31日現在の人口45,992人で算出）

#### 歳入・歳出別内訳



#### 特別会計

※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。

会 計 名	予 算 額	収入済額	支出済額
国民健康保険会計	48億8,571万円	31億2,646万円	32億5,615万円
国民健康保険診療所会計	2億5,968万円	6,242万円	1億9,812万円
訪問看護会計	5,499万円	4,206万円	3,728万円
後期高齢者医療会計	8億6,268万円	5億4,640万円	6億3,842万円
介護保険会計	79億8,632万円	48億1,730万円	51億1,991万円
松之山温泉配湯事業会計	6,400万円	1,420万円	879万円
計	141億1,338万円	86億884万円	92億5,867万円

### 十日町地域広域事務組合

●問合せ：総務課 ☎757-1556

会 計 名	予 算 額	収入済額	支出済額
一 般 会 計	23億5,335万円	19億166万円	17億803万円
家畜指導診療所特別会計	3,043万円	2,357万円	2,012万円
計	23億8,378万円	19億2,523万円	17億2,815万円

## あなたの健康のために定期的な受診を



### 令和8年度の各種検診申込みが始まりました！

●●●●● 問合せ：健康づくり推進課成人保健係025-761-7350（検診専用）

2月3日(火)から各種検診申込書を順次発送しています。記入した申込書は、同封の返信用封筒に入れて、2月27日(金)までに、郵便ポストに投函または市の窓口（健康づくり推進課または各支所地域振興課）に提出してください。申込書の書き方などの詳細は、申込書に同封されている「各種検診申込みガイド」をご覧ください。

#### 検診の種類によって申込み方法が異なります

特定健診（健康診査）、各種がん検診（肺、胃、大腸、乳、子宮、前立腺）、骨密度検診の申込み

郵送された「各種検診申込書」で申し込んでください。

#### ピロリ菌抗体検査の申込み

対象年齢（R8.4.1時点の年齢が、40、45、50、55、60、65、70歳）で、市のピロリ菌抗体検査の受診歴がない場合、令和8年度に受診することができます。希望者は右記の二次元コードから申し込んでください。（郵送の「各種検診申込書」では申し込みできません。）



#### 十日町市国保・後期高齢者人間ドックの受診申請をご希望の方へ

- ・今号に折り込まれている「令和8年度人間ドック受診申請のご案内」をご確認の上、申請してください。  
**「各種検診申込書」では申し込みできません。**
- ・**「人間ドック受診申請書」は各種検診申込書の返信用封筒に同封しないでください。**適切に処理ができず、人間ドックの助成が受けられないおそれがあります。

## できることから少しずつ、サポータの輪を広げませんか



### 「こどもまんなか応援サポーター」になりませんか

●●●●● 問合せ：子育て支援課子育て支援係（☎757-3719）

十日町市は、令和7年12月24日「こどもまんなか応援サポーター」宣言を行いました。「こどもまんなか社会」の実現に向けて、一緒に活動しませんか。

#### こどもまんなか応援サポーターとは？

こどもたちにとって、もっともよいことを常に考え、こどもたちが健やかで幸せに成長できる社会を実現する「こどもまんなか」の趣旨に賛同し、自らも「こどもまんなか」アクションに取り組む個人や地方団体、企業、団体をいいます。

# こども まんなか



こどもまんなかアクションの趣旨への賛同意思を表明するために用意したマーク。  
詳しくは二次元コードをご覧ください。

#### 「こどもまんなか応援サポーター」参加の流れ

「こどもまんなか応援サポーター」になるための手続きはありません。

①「こどもまんなか」の趣旨に賛同

②「こどもまんなか」アクションを実践  
（アクション例）

- ・トイレの行列などお子さん連れに順番を譲る
- ・電車の乗り降りではベビーカーを優先する
- ・お店にお子さん連れ優先席をつくる
- ・男性の育児休業取得を推進する
- ・子育て世代が働きやすい職場環境を整える など



③それぞれのアクションをSNS（Twitter、Instagram）などに「#こどもまんなかやってみた」をつけて発信、または#付き投稿を「いいね♡」します。





## 2月は新潟県高齢者見守り強化月間です

●●●●●問合せ：それぞれに記載

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、それぞれの地域において「見守り・支え合い」に取り組み、高齢者の孤立を防いでいくことが重要です。

高齢者と地域の問題について考え、ご近所の高齢者をみんなで温かく見守りましょう。

### ●いつもと高齢者の様子が違うと感じたときは

各地域包括支援センター（下表）または 地域ケア推進課（☎757-3511）にご連絡ください。

（秘密は守られます）

センター名	担当地区	電話番号
十日町北地域包括支援センター	下条・中条・川西	☎761-7406
十日町東地域包括支援センター	十日町・新座・大井田	☎755-5113
十日町中地域包括支援センター	川治・六箇・吉田	☎755-5115
十日町南地域包括支援センター	水沢・中里	☎758-2324
十日町西地域包括支援センター	松代・松之山	☎597-3805



認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を応援する「認知症サポーター養成講座」を実施しています。

※講座の申し込みは各地域包括支援センターまで



## エコラビの ごみ減量講座

～守ろう つくろう 自然環境～



Vol.9

## 環境フェアのクイズから学ぶ 家庭の食品ロスの実態

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)

環境フェア2025（10月5日開催）で実施した「3R・食品ロス削減クイズ」の中から、正解率が一番低かった問題を紹介します。ごみを減らすためにどんな取組みが効果的か考えてみましょう。  
※食品ロス：まだ食べられるのに様々な理由で捨てられてしまう食品のこと

問

家庭から発生する食品ロスの原因のうち最も量の多いものは？（正解率46%）

- ①食べ残し
- ②過剰除去（皮の厚むきなど食べられる部分まで捨ててしまうこと）
- ③直接廃棄（賞味期限切れなどを理由に手つかずのまま捨ててしまうこと）

答

③直接廃棄



農林水産省・環境省の「令和5年度推計」によると、「③直接廃棄（約100万トン）」、「①食べ残し（約97万トン）」、「②過剰除去（約36万トン）」となっています。まずは、購入した食品をきちんと使い切る、料理を作り過ぎないことが大切です。

分別ワンポイント

使い捨てカイロは冷めてから「燃やすごみ」に出しましょう



# 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

## 有限会社 尾身建築

十日町市新宮甲342-1

☎025-758-3756

従業員数：9人

事業概要

住宅・店舗・事務所・工場・寺社

仏閣などの設計および施工

家具・什器などの製作・修理

損害保険（火災保険）代理店業務



職場体験から憧れの大工へ

現場で知る完成の喜び

### 保坂大樹さん

水沢出身。ものづくりが好きだったことや父親の影響で身近に「建てる仕事」がある環境で育ったことで、大工という仕事に興味を持つ。小・中学校で同社の職場体験にきたことをきっかけに入社。1年目。趣味は友だちとスノーボードに行くこと。

#### Q. この仕事を選んだきっかけは？

自由研究での工作やものづくりが好きでした。父が大工をやっていたことから大工という仕事に興味を持ち始めた時に、職場体験をさせてもらったことがきっかけです。

#### Q. 仕事で難しかったこと、嬉しかったことは？

実際に現場に出ると決まった寸法という感じではなく、調整が必要な部分が多いため、その場で対応する臨機応変さに苦戦しました。

新築の現場に同行した時に、自分が手がけた部分の完成を見た時に綺麗にできていたことが嬉しかったです。

#### Q. 職場体験で感じたことは？

小・中学校でさまざまな体験をできる機会というのはあまりなく、貴重な体験だと思います。夢が広がるチャンスでもあるので職場体験はありがたい機会でした。

#### Q. 後輩に向けてメッセージ

自分が興味を持って見つけたものや、仕事に向かって取り組んでいくことはとてもいいことだと思います。そのまま興味を持ったことに向かって頑張っていってほしいです。

『建築の力で暮らしとまちをより良く』  
有限会社 尾身建築は、手すり一本の取り付けといった日常の工事から、住宅や店舗、寺社仏閣、空き家再生まで、規模の大小を問わず、すべての依頼に同じ想いで向き合う工務店です。  
設計から施工まで一貫して対応できる体制のもと、設計の意図を現場で丁寧に共有し

ながら、雪国・十日町環境を知り尽くした職人が、確かな技術で一つひとつの仕事に向き合っています。地域の風土や暮らしに寄り添い、顔の見える関係を大切にしながら、住まいの困りごとから将来を見据えた相談まで応え、建築の力で暮らしとまちをより良くしていくことを大切にしています。





市公式Instagramでもまちの話題を紹介しています。

まちの話題



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。

## タウンピックアップ

### 表彰おめでとうございます

#### 厚生労働大臣表彰

富田医院 院長  
富田 浩さん



保険医・薬剤師代表として十日町市国民健康保険運営協議会委員を20年にわたり務められました。「これからも安定した国保運営となるよう尽力していきたい」と、受賞の感想を話してくれました。

#### 法務大臣表彰

十日町人権擁護委員協議会 会長  
開発 周子さん



人権擁護委員として、人権教育や人権相談に長年にわたりあたられてきました。「これから人権教育や啓発に努めていきたい」と、受賞の感想を話してくれました。



小野塚 昇さん

#### 総務大臣表彰 (統計功労)

総務省が所管する「労働力調査」の実施にあたり、調査員として職責遂行に顕著な努力をされた功績で表彰されました。「調査依頼にあたり、その意義を丁寧に説明し、皆さんからご協力をいただいています。“新たな学びがあった”など、感謝の言葉をいただくこともあり、そんなときは調査員として大きなやりがいを感じることができます」と、受賞の感想を話してくれました。

#### 農林水産大臣表彰 (統計功労)



山田 源吉さん

農林水産省が所管する「2025年農林業センサス」の実施にあたり、調査員として職責遂行に顕著な努力をされた功績で表彰されました。「多くの方とコミュニケーションをとることは心身の健康維持になるのでは、と考え調査員になりました。責任の大きい仕事ですが、任せられた以上はやり遂げるという信念をもって、調査にあたってきました」と、受賞の感想を話してくれました。



上村 睦男さん

#### 農林水産大臣表彰 (統計功労)

農林水産省が所管する「2025年農林業センサス」の実施にあたり、調査員として職責遂行に顕著な努力をされた功績で表彰されました。「冬季の訪問調査では豪雪地域の暮らしの大変さを自分でも改めて実感します。統計調査は社会を築く重要なものですので、そんな地域の実態も踏まえ、調査する方に寄り添い、丁寧な対応を心がけてきました」と、受賞の感想を話してくれました。

#### 農林水産大臣表彰 (統計功労)



齋藤 一良さん

農林水産省が所管する「2025年農林業センサス」の実施にあたり、指導員として職責遂行に顕著な努力をされた功績で表彰されました。「統計調査に携わってからまだ日が浅い私が、こんな栄誉をいただいていいのか恐縮しています。今後も地域の発展のために、これまでの経験に加えて関係する法律なども学びながら、調査に尽力していきます」と、受賞の感想を話してくれました。

# 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・延期となる場合があります。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



十日町雪まつり協賛  
十日町市書道協会主催  
市民小品展

日 2月19日(木)午前9時～2月22日(日)午後3時

会場 情報館、十じろう

内容 市内児童・生徒からすべての書道愛好家の作品展

問 十日町市書道協会事務局・徳井 (090-11666-1897)

2026わんわん運動会  
in雪まつり

日 2月22日(日)午前10時～午後1時30分

会場 つまり広場

対 飼い主と愛犬

¥2千円/頭

定 当日先着40組

内 お手おかわりゲーム、恋・来いゲーム、短距離競走など※変更することあり

持 チェーンカラー、リード、フン入れ用袋、犬のおやつ・水など

他 中止のときは、前日までに十日町保健所ホームページ(県ホームページ内)でお知らせします。

問 越後妻有動物愛護協会事務局 (十日町保健所内) 0757-2707

かたくりの会  
みそ作り体験教室

日/内

① 2月27日(金)13時30分～15時30分

分/米蒸しと麹菌種まぶし

② 2月28日(土)10時～11時/大豆

洗いと米ほぐし

③ 3月1日(日)9時～正午/大豆蒸しとみそ作り

※原則3日間の参加ですが、③のみの参加も可

会 J A 魚沼 四季彩館えぶろん

¥3千円

定 先着10人

持 マスク、タオル

他 完成したみそ5キログラムは持ち帰り

● 受付期間 2月16日(月)～20日(金)  
申・問 農林課農業企画係 (0757-3120)

「森の学校」キヨロロ・友の会  
皆既月食&冬の蛾観察会

日 3月3日(火)午後6時30分～8時30分※開催時間内に自由集合、自由解散

¥200円(中学生以下・友の会会員無料)

内 皆既月食を観察しながら、赤く染まる月の下で冬にしか現れない蛾の仲間を探します。詳細はキヨロロホームページを確認してください。

持 防寒具

講 村山曉さん(友の会会長)、キヨロロ学芸スタッフ

会・問 「森の学校」キヨロロ (0595-8311)

広告掲載

ろうきん

マイカーローン

インターネットから  
申込むだけで  
金利引き下げ

まずはこちらから/  
ネットカンタン  
仮申込

ご利用いただいたマイカーローン1件につき  
100円を当金庫が公益財団法人新潟県交通  
遺児基金に寄付します。

マイカーローン  
商品の詳細は  
こちら

働く方ならどなたでも!!

ろうきん

教育ローン

合格前から  
お申込みOK!

教育ローン  
商品の詳細は  
こちら

※審査結果により、ご希望に添えない場合があります。  
※金利幅および金利適用条件・項目は、金利情勢等により見直す場合があります。

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 新潟県十日町市寿町4-1-20



## 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 2月28日(土)午後1時〜2時15分

会 南魚沼市大和公民館 大会議室

対 認知症など脳の健康に関心がある人

定 60人

内 認知症とお金の管理、頭の検査でここまでわかる

講 兼松崇文さん(埼玉りそな銀行)、藤本剛士さん(齋藤記念病院医師)

※ 2月27日(金)

申 申し込みフォームから

問 エーザイ株式会社・佐々木(☎090-7635-2315)



申し込み  
フォーム

魚沼テクノスクール  
事務基本科1期  
3月入校生募集

日 3月13日(金)〜6月12日(金)午前

9時30分〜午後4時

会 十日町パソコンカレッジ

対 求職者

※ 無料※ただしテキスト代・受験料など自己負担あり

定 15人

内 パソコン操作とビジネスマナー・コミュニケーション力の習得

※ 2月17日(火)

申 ハローワーク十日町

問 県立魚沼テクノスクール(☎025-794-2410)

第17回山内写真館資料写真展  
昭和の十日町

日 3月14日(土)〜29日(日)午前9時

〜午後7時

休 3月23日(月)

会 情報館ギャラリー

内 市民による「雪との闘い」と雪まつりをはじめとした「雪国の楽しみ」をテーマにした写真、古文書整理ボランティアによる解説文とともに展示します。

問 文化財課(☎757-5531)

グランドピアノ演奏交歓会  
〜段十郎ピアノの会〜

日 3月15日(日)午後2時開演(開

場は午後1時30分)

内 グランドピアノ演奏体験会参加者による、ピアノの弾き合いです。

会・問 越後妻有文化ホール「段十郎」(☎757-5011)

情報館パソコン講習  
小学生必見! プログラ

ミング学習講座

日 3月28日(土)・29日(日)午前9時

30分〜11時30分(全2回)

対 小学4年生〜6年生

※ 千円

定 11人

内 プログラミングソフト「スクラッチ」でゲームを作ろう

持 自作ゲームを持ち帰りたい人はUSBメモリ持参

会・申・問 情報館(☎750-5100)

あてま森と水辺の教室ポプラ  
かまくら体験

日 毎日開催

会 当間高原リゾート森のホール

¥1500円/人

定 定員制・要予約

内 かまぐらの中で温かい飲み物と一緒にお餅を食べたり、マシュマロを焼いたりします。

申 「ポプラ かまぐら」から検索して申込み

問 あてま森と水辺の教室ポプラ(☎758-4811)

新市誕生20周年・写真家 岡田紅陽生誕130周年記念  
冬季特別展「富士山 ―岡田紅陽の世界―」

岡田紅陽は、1895年(明治28)に十日町市中条で生まれました。生涯をかけて「富士山」を撮り続け、世界に富士山の名を知らしめた山岳写真家です。旧千円札には、1935年(昭和10)に撮影された「湖畔の春」(本栖湖)がデザインされています。

本展では、紅陽の作品を中心に展示して、その偉業をたどるとともに、霊峰富士山の美しさに迫ります。

日 2月14日(土)〜3月29日(日) 午前9時〜午後5時(入館は午後4時30分まで)

休 2月16日(月)・17日(火)・24日(火)、3月2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)

¥800円(常設展と共通、中学生以下無料)

他 2月15日(日)・23日(祝)、3月1日(日)・15日(日)・29日(日)の午前10時30分〜午後2時〜の各1回、学芸員による展示解説を開催

会・問 博物館(☎757-5531)



〈湖畔の春〉本栖湖(昭和10年5月)





## 十日町市子ども・子育て会議委員募集

こどもや子育てに関する事業や計画などについて意見を聞くための会議で、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（うち1人は18歳以上30歳未満の人）

●任期 令和8年4月1日から2年間

●会議 年2回程度

●応募資格

① 市内に3か月以上住んでいる18歳以上の人

② こども・若者や子育て支援策などに関心のある人

③ ①・②の人で次の要件を満たす人

・ 当市のほか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

☑ 3月6日(金)必着  
● 申込・申込書に必要事項を記入して、持参・郵送・FAX・メール

(t-ksodate@city-to-kamachi.lg.jp) のいずれかで、〒948-8501 十日町市千歳町3丁目3番地 子育て支援課子育て支援係（☎757-3719、F752-4635）へ

## 農業委員・農地利用最適化推進委員募集

【農業委員】

内 農地に係る許可認可、農地利用の集積・集約化推進など

● 報酬 月額3万5200円

定24人

● 任期 令和7月20日～令和11年7月19日（3年間）

【農地利用最適化推進委員】

内 農地利用の集積・集約化推進、農地利用状況の調査など

● 報酬 月額3万2500円  
定33人以内

● 任期 令和7月の委嘱日～令和11年7月19日（3年間）

《共通》

対 農業に関する識見を有し、職務を適切に行うことができる人

● 募集期間 2月16日(月)～3月23日(月)※必着

● 選考方法 書類選考のほか、必要に応じて面接

● 申込・申込書（農業委員会事務局・各支所内農業委員会事務局・市ホームページから入手可）を持参または郵送で、〒948-8501 十日町市千歳町3丁目3番地 農業委員会事務局（☎757-3286）へ

## 公共交通を支える運転士を募集しています

☎企画政策課企画政策係（☎757-3193）

バスやタクシーなどの公共交通は市民の暮らしを支える重要な移動手段ですが、昨今、公共交通事業者は運転士不足の問題を抱えています。

今後、公共交通の維持に向けて、運転士の存在が必要不可欠であることから、各事業者では、運転士を随時募集しています。事業者によっては、バスやタクシーの運転に必要な2種免許の取得支援や就業支度金制度を設けています。車を運転する仕事に就きたい、運転士になって市民の暮らしを支えたいなど、興味のある人は、各事業者に気軽に問い合わせてください。

## ●運転士を募集している事業者一覧

事業者	業態・主な運行路線	連絡先
東頸バス株式会社	・路線バス（松之山温泉＝松代＝十日町線、松代＝室野＝豊田線） ・市営バス（松之山地域）	☎599-2312
明石交通株式会社	・タクシー	☎757-3360
十日町交通株式会社	・市営バス（吉田地区）	☎752-3146
十日町タクシー株式会社	・予約型乗合タクシー	☎752-3184
NPO法人支援センターあんしん	・市営バス（六箇地区、仙田地区）	☎757-5511

## 広告掲載

昭和レトロの資料館感覚でお気軽にご覧下さい

## コレクテージショップ

**おねじろう**

昭和レトロの商品などが満載。  
懐かしのレコードが聴けます。VHSビデオの映画も。  
お茶は自由に飲めますよ。連絡してからお越し下さい。

〒949-8603 十日町市下条1丁目1141番地-1  
携帯電話. 090-4110-7873（水落秀夫）



店舗情報はこちらをご確認ください⇒  
または「十日町おねじろう」で検索

令和8年度だんだんテラス  
コンサート  
出演団体募集

日5月〜翌年3月の月1回・午  
後2時開演(予定)

会越後妻有文化ホール「段十ろ  
う」だんだんテラス

●出演条件 楽器演奏を伴う市  
民団体※申込み多数のときは  
抽選

申 申込用紙を段十ろうに配置  
問 十日町市民音楽協会タクト・  
村山(☎090-1930-  
8452)

## 福祉・健康



### 3月の全血献血

●吉澤織物(株)昭和町工場 18日  
(水)午前9時30分〜11時

●千手中央コミュニティセンター  
18日(水)午後1時〜3時30分  
●十日町市役所 25日(水)午前10  
時〜11時30分、午後1時〜3  
時30分

問 健康づくり推進課母子保健係  
(☎757-9759)

## 子育て



3月11日(水)は児童扶養  
手当定期支払日

1・2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。2月に認  
定を受けた人は、5月に3・4  
月分の手当を支給します。

問 子育て支援課子育て支援係  
(☎757-3719)

## くらし・相談



### 2月の納税・納付

2月は国民健康保険税第8  
期、後期高齢者医療保険料およ  
び介護保険料第11期の納付月で  
す。期限(3月2日(月))内に納  
めましょう。

問 税務課(☎757-3113)・  
市民生活課(☎757-37  
35)・福祉課(☎757-3  
757)

### マイナンバーカード 時間外開庁のお知らせ

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

## 公営住宅の入居者を募集します

申・問 都市計画課建築住宅係 (☎757-9935)

住宅に困っている人を対象に、公営住宅の入居募集を行います。市営住宅の入居には困窮理  
由や所得要件などの条件があるので、入居希望者は一度ご相談ください。

詳しい内容は市ホームページを確認するかお問い合わせください。

●募集期間=2月12日(木)〜25日(水)

●募集する住宅

種別	地域	物 件		間取り		家賃(月)	戸数
市営	十日町	谷内丑住宅 (単身不可)	平成7年度 鉄筋コンクリート造 3階建	2DK	6帖2室、DK	18,500円～ 27,500円	1戸
	松之山	松之山第三住宅 (単身可)	平成24年度 鉄骨造2階建	2DK	6帖2室、DK	14,300円～ 21,400円	1戸
特公賃	川西	みのり団地 (単身不可)	平成10年度 木造高床3階建	3LDK	6帖3室、LDK	45,000円	1戸
	松之山	松之山第二住宅 (単身可)	平成8年度 木造高床3階建	3LDK	6帖2室、4.5帖1室、 LDK	38,000円	1戸
		洩海住宅 (単身可)	平成9年度 木造高床3階建	2LDK	9.5帖1室、6帖1室、 LDK	33,600円	1戸

### 広告掲載

令和8年度 新潟県交通災害共済加入募集中!!

「交通事故(※)」による  
けが等に見舞金を  
支給します

※自損事故や車の同乗者、自転車の転倒事故も  
対象になります。(原則、事故証明書が必要です)

今年からインターネットによる加入申し込みができるようになりました。お申込み  
方法など詳細は、町内経由で配布する加入申込書(窓あき封筒)をご覧ください。

お問合せ先/市防災安全課 025(757)3197 もしくは各支所地域振興課まで  
(十日町市役所本庁、川西支所、中里支所、松代支所では申し込みできません)

年会費  
**500円**  
(ネット加入は400円)

和服  
かいとりや

おかげさまで  
買い取り実績  
500件以上!

着物・帯・反物・浴衣・和装小物 眠っていませんか?  
市内無料出張致します。お気軽にお電話ください。

来店予約 080-7836-9966

営業時間: 9:30〜11:30

出張予約 090-3289-0123

13:30〜16:00

定休日: 土日祝日  
十日町市西本町3-4-9



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）。

#### 日／会

・夜間（午後7時30分まで）  
2月26日（木）、3月12日（木）／本庁のみ

・休日（午前9時～正午）  
2月15日（日）／本庁、3月1日（日）／川西・松之山支所、3月14日（土）／中里・松代支所

●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

#### 証明書コンビニ交付サービスを再開しました

1月5日（月）から一時サービス提供を停止していた証明書コンビニ交付サービスは、1月27日（火）から再開しました。これにより、市役所本庁舎の証明発行窓口の臨時延長は1月26日（月）をもって終了しました。

問市民生活課市民係（☎757-3116）

#### 3月の休館日

- 段十ろう 第2・4月
- 千手中央コミュニティセンター 毎週（火）・20日（金）
- 情報館 第2・4月
- 博物館 毎週（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）
- 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）
- キヨロ口 毎週（火）・4日（水）・9日（月）
- 分じろう 毎週（火）
- 十じろう 毎週（火）

### 第三次十日町市総合計画の策定を進めています

問企画政策課企画政策係（☎757-3193）

1月9日（金）に十日町市総合計画審議会から前期基本計画（案）に対する答申をいただきました。第三次十日町市総合計画の前期基本計画は、基本構想を実現するため、令和8年度から5年間のまちづくりの中期的な指針となるものです。審議会からの貴重な答申をしっかりと受け止め、雪国ならではの暮らしや文化を強みに変え、安心して住み続けられるまちづくりを進めていきます。



左から答申を受け取る関口市長、審議会の穴戸会長、川田副会長

### 令和8年度 十日町市看護師・理学療法士等修学資金貸与学生の募集

☑ 令和8年度に、以下の職の養成施設に進学または在学する人で、将来十日町市内でその業務に従事しようとする人（市の奨学金を受けていないこと）

看護師	作業療法士
准看護師	言語聴覚士
保健師	社会福祉士
助産師	介護福祉士
理学療法士	精神保健福祉士

●貸与月額＝25,000円

●貸与期間＝令和8年4月から最短修業年数の終わりまで（無利子）

●提出書類＝貸与申請書・健康診断書・保証書・口座振込申込書・学業成績表

☑ 養成施設卒業後、1年以内に看護師などの資格を取得し、引き続き3年間、十日町市内でその業務に従事したときは、修学資金の返還が免除されます。

☑ 3月19日（木）必着



●申請受付窓口・申・問地域ケア推進課地域医療推進係（十日町市医療福祉総合センター2階・☎757-3511）



## GCF実施中 女子大学生の力で 空き家再生と関係人口拡大プロジェクト

実践女子大学と十日町市、松代地域田野倉集落との連携による空き家再生プロジェクトを展開しています。大学生による滞在型のフィールドワークや、地域文化の継承拠点となる空き家の滞在環境の向上（エアコン、冷蔵庫などの設置）を図るため、ふるさと納税型のクラウドファンディングによる寄附を募っています。地域の伝統文化の継承や、若者との交流を通じた関係人口の拡大を目的とした取組みに、温かいご支援をお願いします。

●目標金額＝430万円

●募集期間＝2月28日(土)まで

申ふるさとチョイスから申込み

※十日町市在住の人は返礼品を受け取ることができません。

問企画政策課企画政策係  
(☎757-3193)



ふるさと  
チョイス

### パブリックコメントの実施

市民の皆さんから次の計画について意見を募集します。

・第三次十日町市環境基本計画  
および十日町市地球温暖化実  
行計画（区域施策編）

●期間＝2月13日(金)～27日(金)必着

●資料の閲覧場所＝環境衛生課・企画政策課・各支所地域振興課・各公民館・水沢地区市民センター・情報館・市ホームページ

### 意見の提出方法・問＝任意の様式に住所・氏名・電話番号を明記して、持参・郵送・FAX・電子メール (-kanky@city.tokamachi.lg.jp) のいずれかで、〒948-0056 十日町市高田町六丁目915番地2環境衛生課 (☎752-3924、F757-1751) へ

### 十日町市特別職報酬等 審議会

日 2月26日(木)午後1時30分

会 市役所本庁舎

内 議員報酬、市長・副市長・教育長の給料などについて

問 総務課人事係 (☎757-9787)

### 新潟県休日労働相談会

日／会 ①3月1日(日)／県庁、②3月8日(日)／長岡地域振興局庁舎、③3月15日(日)／上越地域振興局

●時間＝いずれも午後1時～4時30分

内 労働に関するさまざまな悩みごとについて相談をお受けします。相談は無料で、秘密は固く守られます。

●相談方法＝電話または対面、オンライン (要予約)

問 新潟県労働相談所 (☎025-281-6110)

### 国民年金保険料に 関するお知らせ

【前納申出期限（口振）が迫っています】

4月から口座振替で前納振替（6か月分・1年分・2年分）を始めるためには、2月末までに申し出が必要です。まとめて支払うことで、割り引きされた保険料が適用されます。

## 知っていますか？柔道整復師（整骨院・接骨院）のかかり方

問 市民生活課国保年金係 (☎757-3735)

整骨院や接骨院などの柔道整復師の施術には、健康保険が使える内容が決められています。

### ○ 健康保険が使えるとき（一部自己負担あり）

- 骨折・脱臼（医師の同意書が必要。応急手当のときは不要）
- 急性などの外傷性の捻挫・打撲・挫傷（肉離れなど）

### × 健康保険が使えないとき（全額自己負担）

- 日常生活の中の疲れや肩こり
- スポーツなどによる肉体疲労
- 病気（神経痛・リウマチ・関節炎・ヘルニアなど）による痛み
- 加齢による腰痛や五十肩などの痛み
- 脳疾患後遺症などの慢性病、症状が改善しない長期の施術
- 別の保険医療機関（病院・診療所ほか）で治療中の傷病

### 柔道整復師の施術を受けるときは

- ①負傷原因を正確に伝える
- ②「柔道整復施術療養費支給申請書」の内容をよく確認する
- ③施術が長期間にわたるときは医師に相談する
- ④領収書は必ずもらう
- ⑤治療内容を記録し保管する

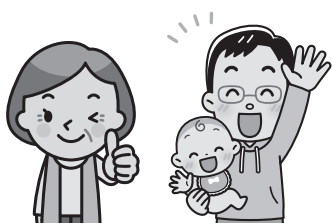




## 地域での「男女共同参画」を 考えてみませんか

市では「一人ひとりが自分らしく生きることが  
できる元気なまち」を目標に掲げ、男女共同参画  
社会の実現に向けた施策を展開しています。持続  
可能な地域運営のためにも、性別に関わらず多様  
な人が協力できるように工夫することが重要で  
す。役員の交代や次年度の活動計画を立てる時期  
に合わせて、よりさまざまな人が活躍できる地域  
づくりを改めて考えてみませんか。

☎企画政策課協働推進係 (☎757-3693)



第4次十日町市  
男女共同参画  
基本計画

【特】通帳、届出印、年金手帳、本  
人確認ができるもの（マイナ  
ンバーカードなど）  
【社会保険料控除証明書が発送  
されます】  
10月1日～12月31日に、その  
年初めて国民年金保険料を納め  
た人に対し、2月上旬に日本年  
金機構から社会保険料控除証明  
書が発送されます（1月1日～  
9月30日に納めた人は11月上旬  
に発送済み）。令和7年分の確定  
申告に使用するので大切に保管  
してください。再発行は年金事  
務所に問い合わせてください。

### 〈共通〉

申・☎六日町年金事務所国民年  
金課（☎025-71610  
008）、市民生活課国保年金  
係（☎757-3748）ま  
たは各支所地域振興課市民係

### 農用地区域からの除外 などに係る手続き

農用地区域となっている農地  
をやむを得ず農業以外の用途に  
利用するときは、市の農業振興  
地域整備計画を事前に変更する  
必要があるため、案件がある人  
は3月末までに相談してください

### SNSの電子広告をきつ かけとした通信販売トラ ブルに注意！

い。変更の完了は令和8年12月  
末頃の前定です※計画が具体的  
で確実性があり、かつ代替地が  
ない緊急なものに限ります。  
☎農林課農業企画係（☎757  
-3120）

SNSの電子広告をきつかけ  
にした通信販売で、「単品購入  
のつもりが定期になっていた」、  
「商品が届かない」、「偽物が届い  
た」などの相談が多く寄せられ  
ています。広告内容を鵜呑みに  
せず、販売会社や商品について  
購入前に調べる、利用規約をよ  
く読む、注文確定ボタンを押す  
前に最終確認画面をスクリーン  
ショットするなどの対策を行いま  
しょう。トラブルになったと  
きはすぐに相談してください。  
☎市消費生活センター（☎75  
7-3740）

## 「十日町市プレミアム商品券」を販売します

エネルギー、食料品価格などの物価高騰の影響を大きく受けている市民の家計負担の軽減と、事業者の支援のためのプレミアム商品券（プレミアム率30%）を販売します。商品券の販売所や加盟店などの詳しい情報は、市報3月号の折込チラシを確認してください。

●販売価格（1冊）＝10,000円（1,000円券×13枚綴り：  
額面13,000円）

このうち、7,000円分は中小店のみで利用できる「中  
小店専用券」、6,000円分は加盟店すべてで利用できる  
「中小店・大型店共通券」です。

●購入上限＝一世帯2冊まで

●販売開始＝3月24日（火）※予定

### ●注意事項

①商品券の購入には「購入券」が必要です。購入券を  
紛失したときは、商品券の購入はできないので注意  
してください。

②購入券のついたチラシは、市報3月号に折込みます。

☎十日町市プレミアム商品券実行委員会（☎757-5111）

### 「十日町市プレミアム商品券」加盟店募集

プレミアム商品券の販売にあたり、  
現在商品券が利用できる加盟店を募集  
しています。申込みがまだの事業所は、  
下記へ問い合わせてください。

- 十日町商工会議所（☎757-5111）
- 十日町市商工会（☎768-2176）

## 空き家の除雪は所有者の責務です

雪は状態によって1立方メートルあたり500キログラムになることもあります。雪下ろしをしないと家が傷むだけでなく、落雪が人やものに当たり甚大な被害をおよぼす恐れもあります。積もりすぎないように雪下ろしをする、道路や歩道に面した屋根の雪庇は小さいうちに落とすなど、適切な空き家管理をお願いします。

問 都市計画課特定空家対策係  
(☎755-5216)



市ホームページ

## 寄付ありがとうございます

※敬称略

- 企業版ふるさと納税＝株式会社第一実業（新潟市）、かっこ株式会社（東京都港区）
- 十日町市へ＝日本赤十字社新潟県支部十日町市地区（大型扇風機2台）
- 地域福祉基金寄付金＝稲和会（稲荷町3北）

## 働くことに悩む人のワン・ステップ相談

日 3月17日(火)・31日(火)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 福祉課課保護係 (☎757-19739)

## 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）

## 子ども情報のひろば



### 3月の「すこやかランド」

3月はお休みです。  
問 段十ろう (☎757-5011)

### 3月の「なかよしランド」(一部抜粋)

【春を感じる遊びを楽しもう】

日 3日(火)午前10時～11時

【修了式】

日 10日(火)午前10時～11時

〈共通〉

会 総合体育館

対 未就園児とその保護者

¥ 会費あり（詳細は問合せ）

他 令和8年度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 My precious kids

247



いとこたちと一緒に

尾身 千晴ちゃん(2歳・一番右)  
西本町2

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



最近いこが生まれ、ミルクを持ってきてくれたり、そっと抱っこをしたりと、お姉さんを意識した行動が見られる千晴ちゃん。ママが何か手伝おうとすると「自分で」という自我が芽生え始め、トイレトレーニングも頑張っています。いとこたちからさまざまな刺激を受けながら、毎日楽しく過ごしています。

## 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





## ◆3月の健康・福祉の相談

### 臨床心理士によるこころの相談会

- 日 11日(水)午後1時～3時  
 会 保健センター（市役所本庁舎隣）  
 日 3月4日(水)  
 申・問 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  
 問 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

## 3月の休日救急医

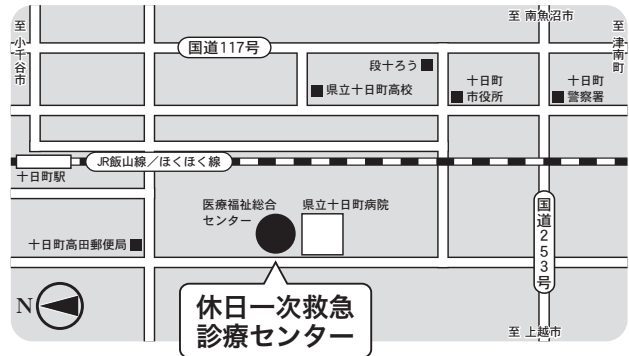
### ●診察受付時間：午前8時30分～

（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
8日(日)			
15日(日)			
20日(金祝)			
22日(日)			
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土曜日に内科と小児科の診療を行っています。

## ◆3月のそのほかの相談

教育相談・女性相談専用電話は18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・問 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  
 問 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・問 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・問 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  
 問 市消費生活センター  
 (☎757-3740)

### 心配ごと相談

- 日 随時受付  
 会・申・問 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・問 社会福祉協議会  
 (☎757-3565)

# JCV

ケーブルテレビ

インターネット

固定電話

## で、暮らしをもっと快適に!

利用開始まで最短2週間! ※お申込書が必要です QRからいますぐアクセス



### JCV ライブカメラ

地デジ121チャンネル リモコン12

おうちで市内10カ所の道路状況や天候をご覧いただけます。冬場は雪の状況がわかって便利!

国道253号 池尻交差点



諏訪神社



国道117号 中条



### JCV 十日町チャンネル放送番組

地デジ111チャンネル リモコン11

#### 第18回 東一輪車クラブ 演技発表会

■2/15(日)~2/28(土)  
毎日放送!



#### めごSTEP

毎日放送中!

■2/8(日)~2/21(土)  
「こども園あおのり  
鳥追い・どんと焼き」

■2/22(日)~3/7(土)  
「学童と十高野球部の  
エンジョイ・ベースボール」

#### つまりは いきいき

毎月1日更新!  
毎日放送中!

■2月は、下条地域の  
「となりんち」です。



あなたの街のケーブルテレビ

## JCV 十日町情報センター

〒948-0072 十日町市西本町1丁目453番地4号

お問い合わせ窓口

## 0120-988-945

TEL:025-752-5211

おかげさまで  
ご利用世帯数  
**78,000**  
世帯

十日町エリア  
既にご利用されている方々  
**2,200**  
世帯

旧十日町・  
川西・中里・  
下条に続き

# NEW 水沢地区

## 好評受付中

インターネット 最速毎秒 **10G** ※

# NCT 光

※本サービスはベストエフォート型サービスのため、最大通信速度は保証されません。最大速度は最善の状況での通信速度です。



## 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】

テレビ・インターネットのお困りごと、ご相談ください!

営業時間

**10:00~17:00**

定休日

火・水・お盆・年末年始

## 0120-080-009

フリーコール

【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。

