

このまちを、もっと近くに

市報とおかまち

# TOKAMACHI

2026

3

No.419



TOKAMACHI  
新市誕生 20周年

2月20日(金)～22日(日)開催  
「第77回十日町雪まつり」

トッパク  
TOPPAKUパークでは雪国の衣装体験コーナーが設けられ、大人から子どもまで伝統の装いに身を包み、雪国の文化を楽しみました。  
(記事2～3ページ)



第77回  
**十日町雪まつり**  
*Tokamachi Snow Festival*





来場者数：61,000人  
 雪像：42点  
 おまつりひろば：14カ所





趣味活・子育て・学び さまざまなジャンルが揃います



## 令和8年度 各種サークル活動参加者・明石学級生募集

●●●●●問合せ：それぞれに記載

※月や1回など単位のないものは年額・敬称略

### 市民交流センター「分じろう」で活動（4団体）

サークル名など	活動内容	募集人数	活動日	参加費*	申込み問合せ先
絵手紙サークル「やっところ」	絵手紙の創作を行った後、相互の親睦と鑑賞を楽しんでいます。	何人でも	第1水曜日 午前9時～	施設費として 1,000円	須藤方子 ☎757-5536
十日町おもちゃ病院	おもちゃの修理を通じて物を大切にする心を育てます。興味のある方は一緒に活動しましょう。	何人でも	第3土曜日 午前10時～	1,200円	長野和明 ☎090-1030-5042
とおかまち随筆クラブ	会員同士で作品を発表する合評会やより良い作品を書くためのコツも学びます。	何人でも	第1土曜日 午後1時30分～	月500円	小川清貴 ☎090-1604-1045
十日町9条の会	憲法9条を中心に学習を重ねます。学習に役立つ講演会や映写会も企画・実施します。	何人でも	第4日曜日 午後1時30分～	なし	吉楽正巳 ☎090-4910-8970

### 市民活動センター「十じろう」で活動（7団体）

サークル名など	活動内容	募集人数	活動日	参加費*	申込み問合せ先
ししゅうサークル いと絲	ししゅう好きが集まり、楽しくちくちくと針を動かしています。お気軽に参加してください。	何人でも	第1・3水曜日 午後1時～	3か月 4,000円	樋口道子 ☎090-7200-3700
絞り藍遊夢	布を絞り、藍染をして作品や小物を作って楽しんでいます。初心者大歓迎。	何人でも	第1・3水曜日 午後6時30分～	月1,000円	田邊康則 ☎090-4091-7021 松井俊明 ☎080-6687-3593
焼物クラブ	気楽な仲間活動しています。初心者でも楽しめます。	若干名	毎週月曜日 午後1時～	10,000円程度	横山信吉 ☎750-1174
絵が楽画会	絵を書くことが好きな仲間が集まり、スケッチ旅行や作品鑑賞で親睦を楽しんでいます。	何人でも	第2木曜日 午後7時30分～	7,000円	柳 洋治 ☎090-3343-9059
若葉絵	デッサン・水彩・油絵など、講師の指導を受けながら、楽しく学びます。	何人でも	第1・3木曜日 午後6時30分～ (冬季休みあり) 第2土曜日 午後2時～	7,500円 (高校生以下、 80歳以上 5,000円)	村山はるか ☎090-9326-2570
碁会 烏鷲	囲碁をやってみませんか。誰でもすぐに始められます。	何人でも	第1・3水曜日 午前10時～	2,000円	出口光男 ☎080-1085-7389
好雀会	健康マージャンを楽しんでいます。女性が多めのサークルです。	若干名	毎週土曜日 午前9時30分～	1回500円	池田茂幸 ☎080-6251-6853

### 関係サークル活動

※締切以降も随時窓口  
または電話（☎75  
715011）で申  
込み可



日 4月14日(火)～令和9年3月16日(火)  
の期間中、毎週火曜日午前10時～  
11時  
会 児童センター「めぐらんど」、十  
日町市総合体育館ほか  
対 就園前の子どもとその保護者  
¥ 年間3千円(保険代含む)  
※行事により別途徴収あり。年度途  
中の参加・退会は月割  
定なし  
内 手遊び、親子体操、工作、おでか  
け、季節の行事など  
持 水分補給の飲み物  
他 8月はお休み  
申 〇・☒・固 4月  
14日(火)の開講  
式までに参加  
費を添えて中  
央公民館窓口  
へ申込み



親子一緒に楽しめるイ  
ベントや季節の行事が  
いっぱい。親子でじっく  
りふれあいながら絆を深  
め、楽しい時間を過ごし  
ましょう。

## 明石学級 (高齢者学級)

●期間＝4月～令和9年3月

☎60歳以上の市民

☎・申・問中央公民館 (☎757-5011・F757-5010)

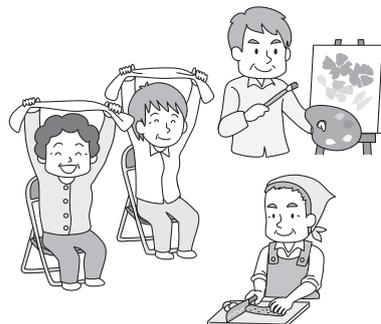
※3月11日(水)午前9時～3月27日(金)の間に、来館・電話・FAXのいずれかで申し込んでください。



コース	学 習 内 容	講師 (敬称略)	定員	学習日 (2時間)	年間 参加費
生け花	色彩や香りなどを楽しみながら、草月流生け花の花型法を学びます。※会場:十じろう。	滝沢信一	14人	月1～2回金曜日 午後1時30分～	10,000円
合唱	童謡や歌曲、流行歌などを楽しく歌う「明石合唱団」です。男性大歓迎です。	関口智実	30人	第2・4木曜日 午後1時30分～	6,000円
写真	撮影技術を学び、自然や行催、毎日の生活を写します。コンパクトカメラでも学習できます。	村山 博	25人	月2回水曜日 午後1時30分～	10,000円
手芸	くらしに役立つ実用品を作ります、編みの基礎などを学びます。	清水道子	10人	第2・4木曜日 午後1時30分～	10,000円
俳句	五七五の文字を通して情感や自然を実現し、俳句を楽しんでいます。	小川信子	17人	第2・4火曜日 午後1時30分～	5,000円
料理	家族にも喜ばれる、おいしくて健康に良い料理を学びます。	蕪木康子	12人	第2・4金曜日 午前9時30分～	9,000円
笑いヨガ	誰でもできる笑いの健康体操です。健康効果が期待される「笑いヨガ」を学びます。	水落善久	14人	第1・3木曜日 午後1時30分～	5,000円

### ●留意事項

- ・年間参加費は講師料にあてるので、定員に達しないときは参加費が高くなる場合があります。
- ・材料費や教材費などは別途負担です。
- ・年間回数は各コース約20回前後を想定していますが、回数や会場は都合で変更になることもあります。
- ・令和7年度受講者の継続希望数によっては、申し込み時点ですでに定員に達している可能性があります。あらかじめご了承ください。



申・問中央公民館窓口  
または電話(☎757-5011)



持バスタオルなど(乳幼児を寝かせる敷物が必要な人は持参)

☎・問中央公民館窓口  
または電話(☎757-5011)

目 4月8日(水)～12月9日(水)の期間中、第2水曜日午前10時～11時

会 段十ろうほか

対 生後4ヶ月以上1歳程度の幼児とその保護者

¥ 無料※内容により別途徴収あり

定 約15組※定員に達し次第締め切り

内 乳幼児の歯の発達、読み聞かせなどに関する講話、リズム遊び・手遊び、クリスマス会など

持 バスタオルなど(乳幼児を寝かせる敷物が必要な人は持参)

## 令和8年度 子育て



ママ友づくりをしながら、楽しく子育てを学びませんか。子育ての悩みを共有したり、月齢の近い子ども同士の交流をしながら、楽しい時間を過ごしましょう。

Pick Up

3月は自殺対策強化月間です



## こころの病気を予防し、心身ともに元気に過ごしましょう

問合せ：健康づくり推進課成人保健係 ☎757-9764

3月～4月は冬から春への季節の変化や環境の変化などにより、心身ともにストレスや疲労が溜まりやすい時期です。

毎日を快適に過ごすため、ストレスを正しく理解し、上手に付き合っていきましょう。



### 自分のストレスサインを知る

ストレスを受け続けると、不眠や腹痛、怒りやすくなるなど、何かしらのサインが出てきます。まずは自分のストレスサインを知ることが大切です。そのためには、サインが出ていないか自分の状態を日ごろから観察しましょう。自分のストレスに気付くことで、休息を取る、気分転換をするなどのセルフケアが早めに取りれるようになります。

### セルフケアでこころを健康に

#### 生活習慣

#### ライフスタイルはこころの健康にも大切！

バランスの取れた食事や良質な睡眠、適度な運動習慣の維持が、こころの健康の基礎固めになります。

ストレスがたまったときは、日常生活の中でリラックスタイムを持つ、ゆっくり腹式呼吸をする、ぼんやりと窓の外を眺める、ゆったりお風呂に入る、軽くストレッチする、好きな音楽を聴くなど、気軽にできることをやってみましょう。ただし、お酒を飲んでつらさを紛らわせようとする、睡眠の質が低下し、こころも不安定になることがあるので気をつけましょう。

#### 考え方

#### 頭を柔らかくしよう！

ストレスを感じているとき、物事を固定的に考えることがあります。例えば、「必ず、〇〇をしなければならない」と考え、それが上手くいかないと強いストレスを感じてしまい、問題点や良くないことばかりに注目しがちになります。そんなとき、実際にできていること、上手くいっていることに注意を向けるのも良いでしょう。考え方や物の見方を少し変えるだけで、気持ちが少し楽になることがあります。

#### 相談

#### 困ったときは誰かに話してみよう！

困ったときやつらいときに話を聞いてもらうだけでも、気持ちが楽になることがあります。話すことで自分の中で解決策が見つかることもあります。相談に乗ってもらった安心感も、気持ちを落ち着かせるでしょう。友人、家族、同僚、趣味の仲間など、日ごろから気軽に話せる人を増やしましょう。

こころと体の不調が続くときには、早めに専門家に相談するようにしましょう。



こころの健康に関する  
電話相談窓口





# 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

## 株式会社 青柳

(本店) 十日町市栄町26-6

☎757-2171

(工房) 十日町市明石町18

☎757-1567

事業概要

きものの企画・製造から販売、メンテナンスまでをトータルに手がける。

## きもの GOTTAKU

**京** 都などではデザイン、染め、金加工、刺繍などの工程をそれぞれ別会社が行う「分業制」が一般的です。しかし、雪深い十日町では物の移動が困難なために全工程を一社で行う「一貫生産」というスタイルを取っています。一社を訪れるだけでほぼ全ての工程を見学できる点が大きな魅力です。

**昔** は技術流出を恐れて現場を見せない文化もありましたが、(株)青柳は「現場を見せること」を重視し、積極的に見学などの受け入れを行なってきました。着物に詳しくない方であっても「着物の価値」に触れ、楽しんでいただける内容となっています。興味を持った方はぜひご参加ください。

『創るを愉しみ、  
価値を創造する』

他から真似されることはあっても、他を真似ることはしない。伝統の技術を生かしながらも常に新たな技術を開発し、他では見られない独自の製品作りに努力を惜しまない。その姿勢が同社におけるものづくりの基本となっています。

### 参加したお客さまの反応

職人の技を間近にして、その迫力と想像以上の手間数に驚く方が多く、仕上がっていく着物の美しさに触れて感動し、ファンになる方も多いです。最近では、参加した若いお客さまの中から着物作りに関わりたくて十日町市に移住し、実際に職人になった方々も見られるようになりました。職人の高齢化が進む中で、そういった方々に技術を継承していければと考えています。



### 十日町市産業政策課から商工業支援情報メール配信中

十日町市内の事業者さま向けに相談会・セミナー・イベント出展情報などのメール配信中です。



大竹 名保紀さん

京都府出身。着物業界とは全く関係のない製薬会社の医薬情報担当者として働き、9年間新潟県内を担当。結婚を機に、妻の地元である十日町市へ移住。



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

**きものの街の春を彩る 十日町市きもの彩時記2026【4月6日～6月6日】**

雪が消え、春の訪れを感じる4月～6月には、きものを見て・着て・感じるイベントが目白押し。この機会に十日町のきもの文化を楽しんでみませんか。



「十日町きもの彩時記2026」  
 詳細はこちら

※ **十日町きものフェスタ2026**

日 4月6日(月)～10日(金)午前9時～午後5時 (一般公開は4月11日(土))

会 クロステン十日町

※ **第50回十日町きものまつり**

日 5月3日(日)午前11時～午後3時

会 本町通りほか

※ **十日町市 二十歳のつどい**

日 5月3日(日)

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

※ **十日町織物産地特別招待会**

日 5月8日(金)～11日(月)

会 クロステン十日町

※ **第22回きものの街のキルト展**

日 5月22日(金)～6月1日(月) ※5月25日(月)、26日(火)は休館

会 十日町市街地

※ **～職人探訪～ 十日町きものGOTTAKU**

日 5月28日(木)～30日(土)、6月4日(木)～6日(土)

会 市内きもの工場 (10企業)



**着て来てお得！きもの特典サービス**

十日町市観光協会では、今年もきもの彩時記の期間に合わせてきもの着用特典サービスを開催します。市内の対象店舗にきものを着用して来店した人に、お得なサービスを用意します。



**和のスポット作品募集**

十日町駅西口と分じろうにある「和のスポット」の飾り格子に飾る作品を募集しています。



【規格：1 枠20cm×20cm以内 (最大187枠分)】

☎十日町市観光協会 ☎757-3345

**「十日町縄文ツアーズ」が  
 第3回サステナブルな旅アワード（観光庁）特別賞を受賞しました**

十日町市観光協会主催の「十日町縄文ツアーズ」が、このたび「第3回サステナブルな旅アワード」において特別賞を受賞しました。「サステナブルな旅アワード」とは、観光庁が持続可能な観光（サステナブルツーリズム）の推進に貢献した優れた旅行商品や取り組みを表彰するものです。

日頃より「十日町縄文ツアーズ」を支えてくださっている関係者の皆さま、地域の皆さま、そして参加いただいた皆さまに心より感謝申し上げます。



十日町縄文ツアーズ  
 公式ページはこちら



地域と人をつなぐ架け橋

# 水がまちの 地域支援員

■問合せ＝企画政策課協働推進係（☎757-3693）

十日町市地域支援員は、住民が主体的に地域の課題解決に取り組めるよう、課題の整理や話し合いの促進などを行う、地域のコーディネーターです。このコーナーでは、市内の地域づくりがより活発になることを目指し、地域支援員の役割や各地域の取り組みを紹介します。

※地域支援員は（ ）内の施設を拠点に活動しています

## 松之山 地域（松之山支所）

松之山は自然豊かで人と人との繋がりが魅力的な地域です。そんな長年住み慣れた松之山でこれから先も安心して楽しく生活していけるよう、自宅付近と店舗間を送迎し買い物しながら集落内外の人たちとの交流も楽しめる「お買い物バスお試し運行」を今年度初めて実施しました。交流する中で人生の先輩方からの為になる話も多く、これからの対話の機会を大切にしながら活動していきます。

地域外からの評価が高いこの地域を支えているのは、住民同士のしなやかなつながり。そこに松之山に関心を寄せて訪れる人たちも加わり、よりにぎやかで開かれたコミュニティになっていくことを願い、棚田を生かした地域振興や移住促進の支援などに取り組んでいます。

地域の良さを自分の言葉で語れる人を増やし、未来へ続いていく営みを支えていきたいです。



滝沢奈未 支援員



来年度本格運行を目標に試験運行しました



竹内密浩 支援員



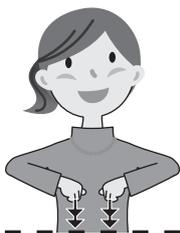
ボランティアを募った地域の文化財保全活動で世代間・地区間の交流をしています

## みんなの 心をつなぐ手話 Vol.28

今回は体調に関する手話表現を紹介します。

■問合せ＝福祉課障がい福祉係☎757-3782

元気



両肘を張り、胸前で向き合わせた両手拳を同時に力強く2回下ろす

病気(になる)



右手拳の親指側を額に軽く2回あてる

熱(がある)



右手2指を左胸脇につけ、人差指を上へ上げながら立てる

疲れる



掌を胸に向けた両手の指先を下に向けてだらりと回し下ろす

ワンポイント

### 標準手話…

全日本ろうあ連盟が1969年に手話法研究委員会を設けて以来、現在に至るまで標準手話を確定して普及する事業が続けられています。現在は手話言語研究所が標準手話研究部において毎年100語以上の新しい手話を確定しています。



市公式Instagramでもまちの話題を紹介しています。

まちの話題



# タウンピックアップ

## 十日町市・小千谷市はゼロカーボンシティ実現に向けたJR東日本信濃川発電所の再エネ電力を導入します

2月12日(木)：市役所防災庁舎

十日町市と小千谷市では、2050年までに二酸化炭素排出実質ゼロを目指す「ゼロカーボンシティ」の実現に向けた取り組みを進めています。

このたび、東日本旅客鉄道株式会社が信濃川発電所で発電した再生可能エネルギー100%の電力を両市の公共施設へ供給することとなり、十日町市、小千谷市、東日本旅客鉄道株式会社、株式会社UPDATER（アップデーター）の4者で共同記者会見を行いました。

関口市長はあいさつで「地元で作り出された再生可能エネルギー100%という高い付加価値を持つこの電気を、少しでも安価にご提供いただけることはエネルギーの地産地消に加え、市が目指してきた再生可能エネルギーの創出、さらにCO2削減という政策目標に大きく寄与するものであり、とても意義深く感じています」と話しました。

十日町市では令和8年4月1日から市役所庁舎・小中学校など47の公共施設が再生可能エネルギー100%の電力に切り替わります。



左から加藤常務（JR東日本）、関口市長、宮崎市長（小千谷市）、大石社長（UPDATER）

## 18年ぶりの地元開催 インターハイで十日町勢が快挙

2月6日(金)～8日(日)：吉田クロスカントリー競技場

吉田クロスカントリー競技場で第75回全国高等学校スキー大会が行われました。18年ぶりの地元開催となった本大会では、十日町勢が目覚ましい活躍を見せました。



丸山萌衣選手

初日のフリー種目では、女子5kmで丸山萌衣選手（十日町総合3年）が5位に入賞。「家族のサポートや地元の応援のおかげ」と感謝を伝えました。男子10kmでは、坂詰真吾選手（十日町3年）が「優勝に届かず悔しいが完成度は高かった」と準優勝に輝き、丸山由利選手（同3年）も「自分でも驚く好タイム」と3位に入賞しました。

大会最終日のリレー競技では、男子が5年ぶり2回目となる優勝を果たし、女子も3位入賞。地元の大声援を背に、見事男女揃っての表彰台という結果で大会を締めくくりました。



坂詰真吾選手

## 表彰おめでとうございます

### 文部科学大臣表彰

#### 吉田小学校

吉田小学校がキャリア教育の充実と発展に尽力し顕著な功績を挙げたとして、このたび文部科学大臣表彰を受賞しました。新潟県内からは同校を含む3校のみの快挙です。

令和6年度から2年間、県教育委員会の「アントレプレナーシップ教育推進モデル校」の指定を受け、地域と連携した特色ある活動を展開してきました。米や野菜の栽培・収穫、そ



してその利活用において、地域の人材や団体と協力しながら学びを深めてきました。小見教頭は「子どもたちが自ら課題を考え、失敗を乗り越えて主体的に動く力を積み重ねた成果」と話します。

北野校長は「子どもたちの経験や主体性が評価されたことは素晴らしい。自ら考え実現する力を育む教育を大切に継続していきたい」と、今後の展望を話しました。



笑顔で接客し、販売する楽しさを経験（提供：吉田小）

# 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。

## 催し・講座



さわったのしめるとん  
やく絵本・点字つき絵本展

日 3月20日(金)～4月12日(日)午前9時～午後7時

休 3月23日(月)

内 てんやく絵本や点字つきさわる絵本についてわかりやすいパネルや映像で紹介いたします。絵本の読書バリアフリーを体感してみませんか。

問 情報報館(☎750-5100)

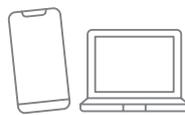
ひきこもりの人などの作品展  
光彩展

日 3月18日(水)～30日(月)午前9時～午後8時30分(最終日は正午まで)

休 毎週火曜日

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



会 市民活動センター「十じろう」  
問 フォルトネット(☎090-4955-4169)

第34回  
雪割草展示即売会・品評会

日 3月21日(土)・22日(日)午前9時～午後4時

会 まつだいふるさと会館3階  
内 地元の雪割草愛好家が自慢の雪割草を出品し、その中から優秀作品に賞を贈呈します。問しぶみ山草会・井上(☎090-4120-7672)

フォト音楽 第7回写真展

日 4月4日(土)～14日(火)午前9時～午後7時(最終日は午後4時まで)

会 情報館ギャラリー  
内 メンバー11人が撮影した写真50点を展示

問 村山(☎090-2723-7162)

林家たい平 独演会

日 7月4日(土)午後2時開演(開場は午後1時15分)

● チケット販売 Ⅱ 段サポ先行4月11日(土)、Web販売4月15日(水)、一般販売4月18日(土)午前9時～

● 全席指定3800円※段サポ500円割引券使用可能、車椅子席希望者はお申し出ください。

● プレイガイド・会・岡越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)

あてま森と水辺の教室ポポラ  
クラフトコンテスト

日 毎日午前9時～午後4時  
休 火曜日午後

会 当間高原リゾート森のホール  
¥ 工作代1500円

内 枝や木の実などを使って好きな作品を作ります。グランプリにはホテルベルナティオペア宿泊券をプレゼントします。問 あてま森と水辺の教室ポポラ(☎758-4811)

## 広告掲載

ろうきん 働く方ならどなたでも!! ろうきん

# マイカーローン 教育ローン

インターネットから  
申込み **だけ** で  
**金利引き下げ**

合格前から  
お申込みOK!

まずはこちらから/  
ネットカンタン  
仮申込

マイカーローン  
商品の詳細は  
こちら

教育ローン  
商品の詳細は  
こちら

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。

※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

### プラネタリウム ドーム中里き☆ら〇ら

4月の番組情報です。

● 投影日 第1・第2日曜日  
前11時〜(約35分間)

会 ユーモール2階プラネタリウム室

料 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 4月の星空散歩・惑星と太陽系の仲間たち

問 中里地域まちづくり協議会  
(☎763-2526※平日午前のみ)、ユーモール事務局  
(☎763-2414)

### 募集



### 魚沼テクノスクール 公共職業訓練生徒募集

「PCスキル基礎科1期ホーム  
ページ活用コース4月入校生」

日 4月14日(火)〜7月13日(月)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  
内 パソコン操作およびホームペ  
ージ作成の知識・技術の習得

料 3月16日(月)

「事務エキスパート科1期5月

### 入校生

日 5月12日(火)〜11月11日(水)午前  
9時30分〜午後4時10分

会 エム・エスオフィス(イオン  
小千谷店内)

内 簿記およびパソコンの知識・  
技能の習得

料 4月14日(火)

定 15人

料 無料※ただしテキスト代・受  
講料など自己負担あり

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)

### こどもまつり参加団体募集

日 5月5日(火)午前10時〜午後  
2時

会 市民交流センター「分じろう」  
対 子育てを応援する市民活動団  
体など

内 活動展示、ワークショップ、  
パフォーマンス発表など※応  
募数・内容によってはお断り  
することあり

料 3月20日(金)祝

申 ・問 NPO法人市民活動ネッ  
トワークひとサポ(☎761-  
17444) ※火曜定休

### 市民かつどう教室「学じろう」 受講生募集

● 期間 5月〜7月(月2回/  
計6回)

会 市民活動センター「十じろう」  
対 市民(初心者向け) ※小学生  
以下は保護者同伴の教室あり

定 先着各10人程度※半数に満た  
ないときは中止あり※新規の  
人優先、継続の人も申込み可  
な

料 3千円※教室によって材料費  
など別途徴収あり

内 デッサン、書道、エコクラフト  
かごバッグ、詩吟、モルタル  
造形、囲碁、刺しゅう、中国語  
ヨガ、太極拳、生け花、やき  
もの、ミニチュア・ジオラマ  
造り、健康マージャン、茶道、  
きもの着付け、スキンケア講  
座、占いカード、あみ物

料 3月30日(月)午後7時

申 ・問 NPO法人市民活動ネッ  
トワークひとサポ(☎761-  
17444)

### 大卒程度 国税専門官募集

#### ● 受験資格

① 平成8年4月2日〜平成17年  
4月1日生まれの人

② 平成17年4月2日以降生まれ  
で次に該当する人

## 春季企画展 「棚田とブナ林 -地すべりと豪雪に生きる-」

十日町市の里山を特徴づける「棚田」と「ブナ林」をテーマに、地すべりや豪雪を切り口として、その成り立ちや生物多様性の特徴をひも



とく企画展です。地元写真家の風景写真や標本・生体展示を通して、里山の景観の特徴を楽しく学ぶことができます。

● 会期 = 3月14日(土)〜7月12日(日)

休 火曜日※5月5日は開館

料 高校生以上600円、中学生以下・友の会会員無料

会・問 「森の学校」キョロロ(☎595-8311)

(1) 大学(短大除く。以下同じ)  
を卒業した人および令和9年  
3月までに大学を卒業する見  
込みの人

(2) 人事院が(1)に該当する人と同  
等の資格があると認める人

● 試験区分 国税専門A(法文  
系)、国税専門B(理工・デ  
ジタル系)

料 3月23日(月)※受信有効

申 左記二次元コードを確認  
問 インターネット申込みについ  
て…人事院人材局試験課(☎

03-3581-5311・内  
線2332)、上記以外につ  
いて…関東信越国税局人事第  
二課試験係(☎048-60  
0-3111・内線2097)



人事院  
採用情報  
NAVI



国税庁  
ホームページ

### 子ども会連絡協議会 加入団体募集

市内38の子ども会が加入しています。全国子ども会安全共済会の保険に加入でき、会行事の充実やもしもの事故に備えることができます。子ども会の情報交換や県子ども会連絡協議会が行う指導者や育成会の養成・研修、イベントに参加できます。

☒ 4月21日(火)

申・岡中央公民館(☎757-5011)

### 十日町市古文書整理 ボランティア募集

市の歴史文化遺産である古文書や古写真を整理し、活用に繋げるボランティアを募集します。

【写真チーム】

日第2・第4木曜日

内 写真を観察し、情報を記録する

【古文書チーム】

日第4日曜日

内 古文書の概要を資料カードに記入する

【共通】

会博物館

● 時間 午後1時30分～3時

他 初心者可、謝金・交通費などなし

岡文化財課文化財保護係(☎757-5531)

### 福祉・健康



#### 4月の全血献血

● 十日町地域消防本部 23日(木) 午前9時30分～10時45分

● 市総合体育館 23日(木) 正午～午後3時30分

岡健康づくり推進課母子保健係(☎757-9759)

#### 検診の申し込みを 忘れていませんか

令和8年度各種検診の申し込みは随時受け付けています。申込書の提出を忘れていて手元にある人は、早めに提出してください。申込書が手元がない人は、電話で問い合わせてください。  
※ 国保・後期高齢者人間ドックの受付は締め切りました。  
申・岡健康づくり推進課成人保健係(☎757-17350)

### 子育て



#### 物価高対応子育て応援手当 の申請忘れはありませんか

本手当は申請期限を過ぎると受給できなくなります。詳しくは市報1月号および市ホームページをご覧ください。

● 申請が必要な人・申請手続

① 令和7年9月分の児童手当の受給者が公務員の人

※ 所属庁から配布された申請書を提出してください。

② 令和7年10月1日(水)～令和8年3月31日(火)までに出生した児童の父母など

※ 支給対象者には市から案内を送付します。

岡子育て支援課子育て支援係(☎757-3719)

### スポーツ



#### 第39回信濃川河岸段丘ウォーク

日 4月29日(水)

コース ①津南50km(津南町～小千谷市)、②川西25km(川西～小千谷市)、③津南23km(津南町～十日町市)、④中里

15km(十日町市内)、⑤小千谷12km(小千谷市内)  
☒ 4月16日(木) 午後5時

申・岡市総合体育館(☎752-4377)、川西公民館(☎768-2308)、中里公民館(☎763-2493)

※ 大会ホームページから申込み可



申し込みはこちら

### 暮らし・相談



#### 3月の納税・納付

3月は国民健康保険税第9期、後期高齢者医療保険料および介護保険料第12期の納付月です。期限(3月31日(火))内に納めましょう。

岡税務課(☎757-3111)

3)・市民生活課(☎757-3735)・福祉課(☎757-3757)

### 広告掲載

**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  
13:30~16:00  
出張予約 090-3289-0123 定休日: 土日祝日  
十日町市西本町3-4-9

私たちと一緒に  
新潟日報を届けませんか

一緒に働ける仲間を  
募集しています!

お問い合わせは  
下記までお気軽にどうぞ。

あはれんちんちん  
いっしょにやろっ  
新潟日報

新新潟日報販売事業協同組合 新潟市中央区万代3-1-1  
Tel.025-245-3366(10:00~17:00土日祝を除く)



## 火災予防条例に林野火災予防に関する規定を新設

☎消防本部警防課警防係 (☎757-1558)

令和7年2月に発生した大規模な林野火災を受け、林野火災の未然防止と被害拡大防止を図るため、十日町地域広域事務組合火災予防条例に林野火災予防に関する規定が設けられました。

気象の状況が山林や原野での火災の予防上注意を要すると認めるときは、同組合の管理者が【林野火災注意報】を発令します。

注意報が発令されるときは、条例に定める火の使用の制限に従うよう努めなければなりません。



また、林野火災の危険性が高く、かつ強風などにより延焼の危険が高まると予想されるときには、【林野火災警報】が発令されます。警報が発令されたときは、指定された区域において火の使用制限の義務が課されます。

発令や解除の情報は、防災行政無線のほか、消防本部の広報などでお知らせします。

### ●主な制限事項

- ・山林や原野で火入れやたき火を行わない
- ・可燃物付近で喫煙しない
- ・たばこの吸い殻や残り火を確実に始末する
- ・屋内で裸火を使用する際は窓や出入口を閉める
- ・煙火を消費しない など

## 令和8年度 犬の登録・狂犬病予防集合注射日程

飼い犬は生涯1回の登録と毎年1回の狂犬病予防注射を受けることが義務付けられています。

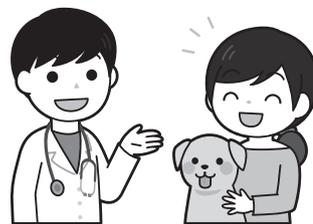
¥3,250円 (新規登録は別途3,000円が必要) ☎案内はがき (既登録犬のみ)

### ●注意事項

- ・昨年と会場が変更となっている所があります。
- ・死亡や変更があったときは届出が必要です(鑑札・注射済票を持参して、環境衛生課または集合注射会場へ)。
- ・会場設営の妨げになるため、開始時間前の来場は控えてください。
- ・フンや尿は飼い主が責任をもって片付けてください。
- ・料金は釣銭のないように準備してください。
- ・犬には必ずリードを付け、逃げたり暴れたりしないようしっかり制御できる人が連れてきてください。
- ・高齢や病気などで注射が受けられないときは、獣医師の診察を受け、猶予証明書を発行してもらってください。
- ・はがきは3月下旬に発送予定です。

☎・☎下表のとおり

期 日	会 場	時 間
4月9日(木)	水沢地区市民センター	午後1時30分～2時
	十日町保健所	午後2時30分～4時
4月14日(火)	サンクロス十日町	午前9時～9時30分
	上新田自治会館	午前10時～10時30分
	高齢者コミュニティセンター(橘)	午後1時50分～2時
	上野地区コミュニティセンター	午後2時15分～2時35分
4月23日(木)	千手中央コミュニティセンター	午後2時50分～3時20分
	松代支所	午前9時30分～10時
	松之山自然休養村センター	午前10時40分～11時10分
5月10日(日)	なかさとアリーナ(中里体育館)	午後1時30分～2時30分
	十日町市役所	午前9時～10時30分
	松代支所	午前11時40分～正午



詳細はこちら

☎環境衛生課環境企画係 (☎752-3924)

※どの会場でも受けることができ、かかりつけの動物病院でも個別に受けることができます。

## 鉄道やバスの時刻表は「デジタル公共交通マップ」で確認できます

問企画政策課企画政策係 (☎ 757-3193)

3月から4月は鉄道やバスのダイヤ改正が多い時期のため、利用するときは最新のダイヤを確認してください。デジタル公共交通マップでは、市内を運行する鉄道・バスの時刻表や路線図の情報を外出時でもスマートフォンで簡単に確認できます。公共交通を利用するときはぜひ活用してください。

下記二次元コードを読み取る、もしくは市ホームページ「公共交通」のページのバナーをタップすると、デジタル公共交通マップが表示されます。



利用するバス停などのアイコンをタップし、「関連資料」から時刻表などを確認できます。



## 税務課からのお知らせ

### 令和8年度の固定資産税に係る 「土地・家屋価格等縦覧帳簿」の縦覧と「課税台帳」の閲覧

#### 【縦覧帳簿の縦覧】

- 縦覧できる人＝納税義務者、納税管理人、納税義務者からの委任状を持参した人
- 手数料＝期間中無料

#### 【課税台帳の閲覧】

- 閲覧できる人＝納税義務者、納税管理人、借地人・借家人、納税義務者からの委任状を持参した人、賦課期日以降の新所有者
  - 手数料＝期間中無料
- ※期間中でも名寄帳兼(補充)課税台帳の発行は手数料がかかります。

#### 〈共通〉

- 期間＝4月1日(水)～6月1日(月)の開庁日(午前8時30分～午後5時15分)
  - 必要なもの＝運転免許証・マイナンバーカード・パスポートなど顔写真付きの公的な身分証明書1点、借地人・借家人は契約書などの権利関係を示す書面、賦課期日以降の新所有者は権利関係を示す登記簿
- 会・申・問土地資産税係 (☎757-3728)、家屋資産税係 (☎755-5131)、または各支所地域振興課市民係

### 軽自動車税の賦課基準日は4月1日です

軽自動車税は4月1日時点での所有者または使用者に対して課税されます。すでに車体を廃棄・譲渡していても手続きをしないと課税されるので、4月1日までに手続きを済ませてください。なお、市外へ転出したときは、車検証の住所変更の手続きが必要です。

問市民税係 (☎757-3716)

# 「イタリアの休日」がスタートします

☎企画政策課広報広聴係 (☎757-3112)

十日町市とイタリア・コモ市は姉妹都市提携50周年を迎え、さらなる深化を遂げました。国際交流員のロベルト・ヴァッカーニさんが先生となり、多くの皆さんからイタリア文化に親しんでいただくため、今後、さまざまなイベントを企画していきます。

イベントの開催については、市報やインスタグラムの国際交流員アカウントでお知らせします。ぜひ、フォローして最新情報をチェックしてください。

国際交流員  
インスタグラム



## ロベルトさんからのメッセージ



みなさん、チャオ!

「イタリアの休日」は授業ではなく、リラックスして楽しむ交流会です。あまり知られていないイタリア各地の文化やライフスタイルを巡る旅へ皆さんをご案内します。姉妹都市であるイタリアをより深く知るだけでなく、異文化に触れるワクワクを一緒に体験しませんか?

初回はイタリア全般について。次回は各州にスポットを当てて、料理、映画、ファッション、音楽、芸術、逸話など、さまざまなテーマでお届けします。

料理教室も全員で料理を作り、完成した瞬間を味わう「おいしい時間」にします。

私が紹介したいイタリア料理はたくさんありますので、皆さんの助けが必要です。一緒に楽しみましょう!

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

# 県広報コンクール2つの部で知事賞を受賞しました

☎企画政策課広報広聴係 (☎757-3112)

令和7年度新潟県広報コンクールにおいて、「広報写真(組み写真)の部」および「SNS(インスタグラム)の部」の2つの部で最優秀賞となる「知事賞」を受賞しました。同コンクールにおける知事賞受賞は、令和5年度以来2年ぶりです。

そのほかに「広報写真(一枚写真)の部」で審査員奨励賞を受賞しました。

今回の受賞は、日ごろから取材・撮影にご協力いただく市民の皆さんのおかげです。今後も情報を分かりやすく伝えて、市の魅力が伝わる広報に取り組んでいきます。



本コンクールの  
詳細はこちら

### ●受賞内容=次のとおり

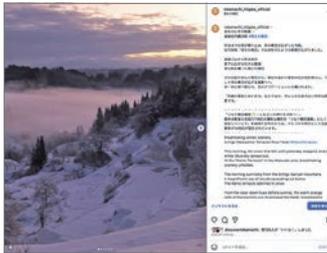
#### 広報写真(組み写真)の部

市報とおかまち  
令和7年8月号  
表紙



#### SNS(インスタグラム)の部

十日町市  
公式アカウント  
「越後松代棚田群  
蒲生の棚田」



#### 広報写真(一枚写真)の部

市報とおかまち  
令和7年6月号  
表紙



### 広告掲載



寄付ありがとうございます  
ごぞいます

※敬称略

●地域福祉基金寄付金＝  
丸山剛(仁田)

## 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

年会費  
**500円**  
(ネット加入は400円)

※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(怒あき封筒)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)

※市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで

## 第32回 ゆずりますゆずってください「ゆずります」品物募集 ～捨てればゴミ、リユースでエコ!～

●募集する物品＝次の項目に該当しないもの (判断に困ったときは問い合わせてください)

### 【取扱対象外物品】

- ・家電リサイクル法対象製品:エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機
- ・長期保存で品質変化するもの:動植物、食品、堆肥など
- ・取扱いに資格が必要なもの:医薬品、農薬、灯油など
- ・法律に反するもの:違法コピー商品など
- ・故障しているもの:修理・修繕しなければ使用できないもの
- ・その他:使用済み衣類、貴金属、金券、車、バイク、農機具、タイヤ、パソコンほか消費者協会が認めないもの

### ●注意

- ・ゆずる人(出品者)、ゆずり受ける人(当選者)間でお互いの連絡先を開示することを承諾してください。
- ・出品後は、ゆずり受ける人(当選者)が決定するまで、品物の処分・譲渡・売却などを行わないでください。
- ・リユース活動促進が趣旨のため、営利目的での応募はご遠慮ください。

対 十日町市に住んでいる人

☒ 3月23日(月)午後4時

申 所定の用紙(市消費者協会事務局・各支所地域振興課に配置、市ホームページからダウンロード可能)に品物の詳細など必要事項を記入し、写真を添付して持参またはWebフォームから申請

問 市消費者協会事務局(市消費生活センター内・☎757-3740)

※受付は平日午前9時～午後4時



用紙データやWebフォームはこちら

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係 ☎757-3112まで

248 山口 冬音ちゃん(3歳 写真中央) 千歳町1

兄の健之介さん(写真右)と姉の夏芽さん(写真左)と一緒に

いろいろなことに興味を持ち、活発でよく笑う太陽のような冬音ちゃん。お手伝いで洗い物をしたり、ガラス拭きをしたり、ほうきで床をはいたりしてくれます。冬に生まれたことから名づけられた名前には、十日町の冬のように厳しさの中でも力強く、たくましく育ててほしいという願いが込められています。

## 子ども情報のひろば

### 4月の「すこやかランド」

【はじめまして! 出会いを楽しく!】

日 8日(水)午前10時～11時

会 段十ろう

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)

### 4月の「なかよしランド」(一部抜粋)

【開講式 ふれあい遊びスタート!】

日 14日(火)午前10時～11時

【端午の節句 こいのぼりを作ろう】

日 28日(火)午前10時～11時

〈共通〉

会 めごらんど

対 未就園児とその保護者

¥ 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)

### 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



## ◆4月の健康・福祉の相談

### 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



## 4月の休日救急医

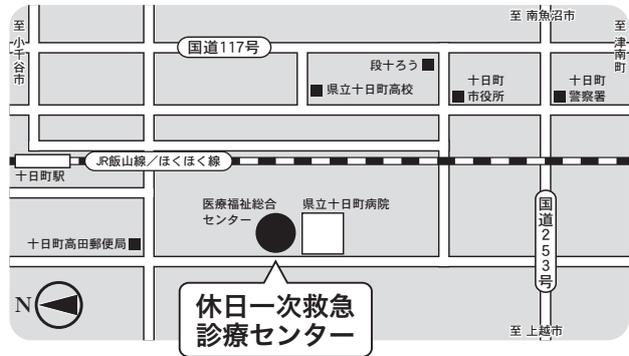
● 診察受付時間：午前8時30分～

（午後の診察開始時間は直接センターにお問い合わせください）

期 日	医療機関名	住 所	電話番号
5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
12日(日)			
19日(日)			
26日(日)			
29日(水祝)			

※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お問い合わせください。
- ・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。

## ◆4月のそのほかの相談

教育相談・女性相談専用電話は14ページをご覧ください

### 法律相談

日 2日(木)・9日(木)・16日(木)・23日(木)・30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 10日(金)午前10時～11時 / 本庁相談室、16日(木)午前9時～11時 / 中里庁舎

問 市民生活課市民係 (☎757-3116)

### 定例年金相談

日 9日(木)・23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 22日(水)午後1時～4時  
20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

テレビ 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 **Uレコ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。

国道253号 池尻交差点



ラポート十日町



国道117号 中条



## JCV 十日町テレビ放送番組

地デジ111チャンネル **Uレコ11**

### 第77回 十日町雪まつりステージショー

放送期間 3/15(日)~28(土)

メイン会場の「スノウリッチひろば」で行われたステージショーの様をお楽しみください。



### 第77回 十日町雪まつり

放送期間 3/20(金)~31(火)

今年は水沢地域の「水沢雪まつりひろば実行委員会」と「馬っぱんしょ」の雪像作りに密着します!



詳しい放送時間は番組表をご覧ください。番組内容は変更される場合があります。

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  
**2,300**  
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**

【電話受付時間】9:30~17:30 長岡市平場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。

