

と お か ま ち

public Relations

市報

2025(令和7年)

2月号

No.406



伝統の祝福 究極の雪国

主な内容

- | | | |
|-------------------------------------|----|---------------------------|
| ピックアップニュース | 7 | My trip TOKAMACHI/チャオ十日町! |
| 2 市民税・県民税申告相談会日程
(川西・十日町地域)のお知らせ | 8 | タウンピックアップ
連載コーナー② |
| 3 住民税非課税世帯に給付金・
助成金を支給します | 10 | 仕事百景 |
| 4 令和7年度 各種検診のお知らせ | 11 | お知らせ・ガイド |
| 5 財政事情の公表 | 21 | ちびっこひろば/子ども情報のひろば |
| 6 春の訪れを告げる恒例イベントを開催します | 23 | 健康・福祉相談、休日救急医など |
| 連載コーナー① | 24 | 広告欄 |
| エコラビのごみ分別講座 | | |

奇祭「むこ投げ」。

激しい雪が降りしきる日に2組の新婚夫婦が
松之山温泉伝統の祝福を受けました。

(関連記事 8 ページ)



物価高騰に対する支援策のお知らせ



住民税非課税世帯に給付金・助成金を支給します

●●●●●問合せ：それぞれに記載

国が策定した「国民の安心・安全と持続的な成長に向けた総合経済対策」の一環として、物価高騰の影響を大きく受けている低所得世帯を支援するため、住民税非課税世帯に対して給付金などの支援策を実施します。

住民税非課税世帯重点支援給付金・灯油購入費等助成金

☎福祉課給付金担当 ☎755-5217

- 対象**＝令和6年12月13日（基準日）において十日町市に住民登録があり、世帯員全員が令和6年度分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）
- 支給額**＝1世帯あたり住民税非課税世帯重点支援給付金3万円・灯油購入費等助成金5千円
- 申請手続**＝下表のとおり



世帯区分	手続方法など
世帯員全員の課税状況から支給対象と判断した世帯のうち、過去の給付金受給実績から世帯主の口座情報が確認できた世帯	不要 ：すでに対象世帯へ通知書を送付済みです。2月中旬をめぐりに前回の給付金受取口座に支給します。ただし、受取口座の変更があるときは手続きが必要です。
世帯員全員の課税状況から支給対象と判断した世帯のうち、世帯主の口座情報を確認できない世帯	必要 ：支給口座の確認のため、すでに対象世帯へ確認書を送付済みです。必要事項を記入し、同封の返信用封筒で確認書や添付書類を提出してください。
令和6年1月2日以降に十日町市へ転入した人または未申告の人がいる世帯など	必要 ：申請書は市役所本庁・各支所の窓口または市ホームページからダウンロードして利用できます。必要事項を記入し、提出してください。未申告の人がいる世帯は、あわせて税申告も必要です。

- 申請期限**＝3月24日(月)

子育て世帯への給付金

☎子育て支援課子育て支援係 ☎757-3719

- 対象者**＝上記「住民税非課税世帯重点支援給付金」の対象で、同一世帯に18歳以下のこどもがいる世帯の世帯主
- 支給額**＝こども1人あたり2万円
- 申請手続き**＝上記「住民税非課税世帯重点支援給付金」の申請手続きをした世帯は不要です。ただし、別世帯で扶養しているこどもがいるときなどは申請が必要です。
- 申請期限**＝4月30日(水)



申告のお悩み、ご相談ください



市民税・県民税申告相談会日程（川西・十日町地域）のお知らせ

●●●●●問合せ：税務課市民税係 ☎757-3716

川西・十日町地域の日程をお知らせします。中里・松代・松之山地域の日程は、市報1月号12ページに掲載しています。

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～11時30分、午後1時～3時30分）
川西	川西支所 地域活動室	2月21日(金)	【午前】仙田地区の全部・木落・寺ヶ崎 【午後】塩辛・仁田・野口・四十歩・原田・根深・下原
		2月25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26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・千手上町 【午後】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
六箇畠		2月27日(木)	【午前】中村・六箇山谷・麻畑・田麦・ニッ屋・船坂・塩ノ又・稲葉・吉田山谷・小泉第1～3・樽沢 【午後】北鐙坂第1～3・南鐙坂・高島第1～2・鉢第1～2・中手・中平・名ヶ山
		2月28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
水沢		3月3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
		3月4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・鍬柄沢
		3月5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
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6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7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10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
川治		3月11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・桧木
		3月12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
中条		3月13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14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、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」、障害者手帳・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

40歳～69歳の十日町市国民健康保険に加入している人は、令和7年度から特定健診の受診料金が「無料」になります。1年に1度受診し、生活習慣病の予防・早期発見につなげましょう。

Vol.
47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

【出店者募集】第49回十日町きものまつり「きものdeマルシェ」

色鮮やかなきもの姿の人々でにぎわう十日町きものまつり。その一角を彩る「きものdeマルシェ」では、キッチンカーや手づくり作品など、さまざまなジャンルの出店者を募集しています。

■5月3日(土・祝)午前11時～午後3時(予定)

■会場 本町4丁目(予定)

●出店内容＝飲食の提供や展示販売など

●応募方法＝観光協会ホームページから申込書をダウンロードし、必要事項を記入の上メールまたはFAXで提出

●出店料＝2千円

●注意事項

・出店場所は実行委員会が決定します。出店場所の指定はできません。

・テントなどの備品は各自で準備をお願いします。

・詳細が決まり次第、応募者へ連絡します。

■問合せ 十日町きものまつり実行委員会事務局(十日町市観光協会内・☎757-3345、☎757-5150、✉infotkm@tokamachishikankou.jp)

詳細はこちら



詳細はこちら

2025年は十日町・コモ姉妹都市交流50周年

チャオ
十日町!
Vol.17



■問合せ＝企画政策課広報聴係
☎757-3112

ロベルト国際交流員Instagram



令和7年2月27日は、十日町市とイタリアコモ市の姉妹都市提携から50周年となる記念すべき日です。

私と十日町との出会いは30周年を迎えたとき。コモ市立図書館で行われたイベントで十日町の文化に初めて触れました。40周年のときには、十日町の団体と一緒に記念行事や使節団の受け入れを手伝う機会があり、このときに十日町からやって来た青少年交換留学生などのさまざまな人と交流を深めることができて、姉妹都市の素晴らしさを実感しました。

姉妹都市交流のおかげで、私は十日町とのつながりを創ることができました。50周年を迎えた今、未来に向けたさらなる友好関係を目指して、皆さんも一緒に国際交流を楽しみましょう！

◀コモ市で姉妹都市交流を行う日伊文化協会「道しるべ」の皆さんや、青少年交換留学生と一緒に十日町市を紹介するイベントに参加したときの様子(2015年)

このコーナーでは、市の魅力発見や、皆さんの生活に直結する情報などをお知らせします

Pick Up ニュース

春の訪れを告げる恒例イベントを開催します

第37回
雪原カーニバルなかさと

伝統の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。

■3月1日(土)午前11時～午後7時30分

■会場 清津川フレッシュパーク(ゆくら妻有裏)

参加者募集
スノーキャンドルカップづくり

■2月17日(月)～21日
金午後5時30分～8時

※申込不要

■会場 中里支所

■他 短時間の参加も大歓迎。参加者にオリジナルマフラータオルをプレゼント(数に限りあり)



第35回雪原フォトコンテスト「フォトジェニック賞」受賞写真

■問合せ 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)

第35回
越後まつだい冬の陣

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「のっとなれ!松代城」。優勝者には第35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。



■3月8日(土)正午～午後8時(前夜祭)

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

■会場 松代総合体育館グラウンド
■問合せ 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

Serialization corner 連載コーナー

エコラビの
ごみ分別講座

～守ろう つくろう 自然環境～



Vol.6

捨て方に注意!
スプレー缶のごみ出しガイド

■問合せ＝十日町市民環境会議ごみ減量部会
(環境衛生課内 ☎752-3924)

スプレー缶は破裂や発火のおそれがあるため、次の点に注意してください。

1 中身を使い切る

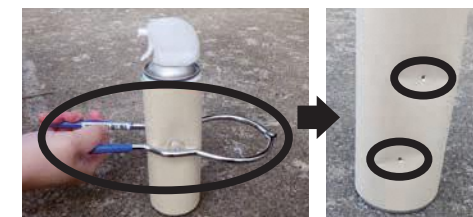
中身が残っていると、缶を振ったときに「シャカシャカ」などの音がします。

2 「火の気のない、風通しのよい屋外」で缶に穴を開ける

市販の穴あけ専用器具を使用すると、簡単に穴を開けることができます。なるべく複数箇所に穴を開けましょう。

3 空き缶として「金属ごみ」に出す

キャップ(ふた)や噴射ボタンなどが簡単に取り外せないときは、無理に外さずにそのままごみに出してください。



雪が紡ぐ友好「第46回世田谷新年こどもまつり」

1月12日(日)：東京都世田谷区池尻 世田谷公園

松代支所では旧松代町時代の平成4年から世田谷区で開催される「新年こどもまつり」へ雪を届けています。32回目のプレゼントとなった今年も10トントラック3台分の雪を運び込み、約20メートルの雪のすべり台とかまくらを制作。会場には過去最高の約39,500人が来場し、松代の雪を楽しんだほか、世田谷区出身の地域おこし協力隊・星裕方さんが松代地域の棚田で取り組む「通い農」の紹介に多くの人が関心を寄せました。

十日町市と世田谷区は令和2年に「自然エネルギーを通じた連携・協力協定」を締結し、世田谷区では区立世田谷中学校や一般家庭で松之山温泉地熱バイナリー発電の電力が利用できるようになるなど、長年続く交流が多方面の自治体間連携に繋がっています。



雪のすべり台は2時間待ち、かまくら体験は90分待ちの大盛況



夜の博物館で伝統文化を体験

1月10日(金)：十日町市博物館 TOPPAKU

「TOPPAKUナイトミュージアム」が開催されました。地域に伝わる小正月の伝統行事「鳥追い」体験では、子どもたちがスゲボシやスッポンを身に着け、拍子木を鳴らしながら博物館の前を練り歩き、冬の夜空に鳥追い唄を響かせました。中条ちんころ伝承会によるチンコロづくりワークショップも好評で、参加者は犬や今年の干支のへびなどのチンコロづくりに熱中。夜の博物館の幻想的な雰囲気の中、来館者は地域の伝統文化に触れながら、楽しいひとときを過ごしました。

表彰おめでとうございます

県知事賞（県児童生徒科学研究発表会）

【小学校中学年の部】
阿部 優さん
(西小学校4年生)

「草むらを歩くと足がチクチクするのはなぜだろう」という素朴な疑問から、その原因となる植物の細胞内にできる硬い鉱物「プラントオパール」を研究した阿部さん。よく遊びに行く「森の学校」キョロロのブナの葉を4か月間観察し、その形成過程について研究した成果が評価されました。

「計画から観察、データ分析までに長い時間がかかったのですが、今回の受賞はとってもうれしいです。実はもう次の研究の下調べを始めています。また一生懸命頑張りたいです」と目を輝かせて話してくれました。



光学顕微鏡観察の様子

【中学校生物・地学の部】
小林 茜里さん
(まつのやま学園8年生)

絶滅危惧種のトノサマガエルの研究で3年連続県知事賞受賞の快挙を成し遂げた小林さん。小さいころから自然や生物が好きだったという小林さんは楽しみながら研究を続けていて、今回はカエルのジャンプ力に注目した発表で高い評価を得ました。「受賞できたことはとてもうれしく、支えてくれた家族や地域の人のおかげさを感じています。研究に協力してくれたカエルにも感謝をしたいと思います。これからもライフワークとして研究を続けていきたいと思っています」と笑顔で話してくれました。



調査風景



アルビレックス新潟・早川史哉選手がやって来た！

12月12日(休)：中条中学校、松代小学校

サッカーJ1リーグ・アルビレックス新潟の早川史哉選手が、日ごろの応援への感謝を伝えるために中条中学校と松代小学校を訪問しました。

中条中学校では「夢を持ち、挑戦する大切さ」と題して、生徒へメッセージが送られたほか、パス交換やリフティングが披露されると大きな歓声が沸き上がりました。

十日町市民に向けて「今回のようにサッカーの試合以外でも地域との交流や地域が元気になる活動をしていきたいと思います。多くの皆さんとお会いして、お話ができればうれしいです」と話してくれた早川選手。今シーズンのさらなる活躍に期待が膨らみます。



華麗なパスを披露する早川選手



中条中の生徒たちと記念撮影



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。

松之山温泉の小正月伝統行事「むこ投げ・すみ塗り」

1月15日(休)：松之山温泉 湯本

大雪となった今年の「むこ投げ」は早川元さん・愛さん夫妻（東京都在住・愛さんが十日町市出身）、福原圭杜さん・渚未さん夫妻（神奈川県在住・圭杜さんが津南町出身）の2組が参加しました。花婿たちは薬師堂から勢いよく投げられ、斜面の下で待つ花嫁のもとへ見事な転がりを披露。越後妻有に縁のある新婚夫婦が会場に詰めかけた多くの人から温かい祝福を受けました。

むこ投げの後には恒例の「すみ塗り」が行われ、地元の人や国内外からの観光客が顔に墨を塗り合い、笑い声や歓声が響きわたりました。



会場に向けて担ぎ出される花婿たち



墨で顔が真っ黒に

全国のファンが集結「温泉むすめトークイベント in 松之山」

1月12日(日)：越後妻有文化ホール段十ろう

キャラクターや声優など多様なコンテンツで温泉地の魅力を国内外に発信する「温泉むすめプロジェクト」。松之山温泉では「松之山棚美」の人气が高まっていて、若い世代の観光客が増えるなど新たな地域活性化の取組みとして注目されています。

会場では松之山棚美の声優・石原夏織さん、静岡県館山寺温泉の温泉むすめ（館山寺萌湖）の声優・豊田萌絵さん、福井県芦原温泉の温泉むすめ（芦原小梅）の声優・相良茉優さんが松之山温泉の魅力を語ったほか、「むこ投げ」を彷彿とさせるユニークなゲームやオリジナルの朗読劇などで盛り上がりました。

イベントの中では松之山棚美の「松之山温泉愛郷大使（観光大使）」就任式も行われ、松之山商工会の高橋主計会長から石原さんへ任命書が授与されました。温泉むすめプロジェクトを通じた松之山温泉の一層の盛り上がりが期待されます。



松之山棚美の声優・石原夏織さん



温泉むすめ「松之山棚美」ポスター



豊田萌絵さん(左)相良茉優さん(右)

**市書道協会十日町市雪まつり協賛
第2回市民小品展**

日 2月14日(土)〜17日(月)午後3時

会場 情報館

内 一般公募の書道色紙や半紙作品などの小品展

問 市書道協会事務局・徳井(☎090-1666-1897)

**博物館開館友の会設立45周年記念
冬季企画展
「マイコレクション」**

日 2月15日(土)〜3月23日(日)午前9時〜午後5時(入館は午後4時30分まで)

お知らせ・ガイド

GUIDE

【お知らせ】
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、それぞれ問合せ先へ確認してください。

催し・講座

☎ 757-5311

第18回百人一首を楽しむ会

設立20年を迎えましたが、本大会で最後になります。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

日 2月22日(土)午後1時〜4時30分(受付は午後0時30分)

会 市武道館

対 どなたでも(初めての人も大歓迎)

¥ 千円(高校生以下無料)

※ 2月14日(金)午後6時

申・問 百人一首万葉の会事務局(北越こども園内・☎757-1957)

休 2月中は毎週月・火曜日(24日(祝)は開館)、3月中は毎週月曜日

¥ 600円(常設展も見学可、団体20名以上500円、中学生以下無料)

内 博物館友の会の45年間の活動や会員の選りすぐりのマイコレクションを展示します。

会・問 博物館(☎757-5311)

まちなかステージ 2月15日〜3月14日の行事予定表

月	日	内 容
2月	15日(土)	十日町雪まつり 分じろうひろば ●時間=午前10時〜午後5時 会 分じろう 娯楽の日(NPOひとサポ) ●時間=午前10時〜午後5時 会 分じろう：2階
	16日(日)	ガンブラ製作の集い(アニメフレンズ) ●時間=正午〜午後6時 会 十じろう：ギャラリー
	21日(金)	家族の傾聴会(だんだん会) ●時間=午後1時30分〜 会 十じろう
	22日(土)	十日町おもちゃ病院 ●時間=午前10時〜午後3時(受付は午後2時まで) 会 分じろう：ルーム1
	23日(日)	こどもパークASOBO(NPOひとサポ) ●時間=午前10時〜正午 会 分じろう：全館
3月	1日(土)	雑談会議(NPOひとサポ) ●時間=午後2時30分〜4時 会 分じろう：ルーム1 ※要申込

問 市民交流センター「分じろう」(☎750-7770)
市民活動センター「十じろう」(☎750-7771)

月	日	内 容
3月	5日(水)	芸術祭ざつだん会(NPOひとサポ) ●時間=午後7時〜8時30分 会 分じろう：ルーム1、2
	7日(金)	お茶にしょうじゃねえ会(だんだん会) ●時間=午後1時30分〜 会 十じろう
	10日(月)	とおか市(NPOひとサポ) ●時間=午前9時〜午後1時 会 分じろう：マーケット広場
	12日(水)	震災追悼セレモニー「忘れない」(NPOひとサポ) ●時間=午後6時〜 会 分じろう：情報ラウンジほか

月日	展示内容
4月7日(月)まで	松代・松之山地域の遺跡 むこうつばら はしづめ いむら ― 向 原 遺跡と橋詰居村遺跡―

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

月	日	内 容
3月	9日(日)	だんだんテラスコンサート ●開演=午後2時
	15日(土)	中澤卓也 コンサートツアー 2025 春夏秋冬 ―春― ●開演=午後4時(開場は午後3時) ¥ 全席指定：7,000円

段十ろう 3月のイベント予定

月	日	内 容
3月	7日(金)	経営改善で実現するこれからの農業経営 ●開演=午後2時 ¥1,000円
	7日(金)	キッチン・バスフェア(多目的スペース)
	8日(土)	●時間=午前9時〜午後4時

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 雪原学舎

十日町市本屋敷丁58-1

■従業員数
役員2人・スタッフ5人

■事業概要
中里地域の旧貝野小学校を活用した
冬季限定のキャンプ&グランピング
施設を運営。宿泊者以外も利用可能
な自家製スイーツなどを楽しめるカ
フェやアウトドアショップも展開。



上村 仁 さん
株式会社丸山工務所 総務担当。
雪原学舎の立ち上げに関わり、
企画・管理業務を担う。

貝野小学校の卒業生が「母校が再生してうれしい」と喜んでくれたとき、地域貢献ができた実感しました。雪原学舎には構想段階から携わる中で苦労もありましたが、新しい価値を創造する挑戦を楽しんでいます。建設工事でも雪原学舎運営も地域をつくる魅力的な仕事で、雪国でも仕事の可能性は無限大です。地元の若い人たちや十日町へUターンを考えている人に雪原学舎を通じて、「十日町でこんなに面白いことができる」と知ってもらえたらうれしいです。

INTERVIEW：「雪原学舎」と「デュアルワーク」の可能性

雪原学舎では柳農産が生産した茶豆大豆を使ったカフェメニューも提供していますが、生産現場ではなかなか見られないお客さんの顔を見て、直接反応をいただけることが新鮮です。枝豆の生産作業ができない冬の働き方の新たな選択肢として、雪原学舎は大きな可能性を秘めた取り組みです。お客さんや地元の人からのフィードバックを農業に生かす好循環を作って、十日町の農業の魅力を発信していきたいです。



柳 大輔 さん
株式会社柳農産でブランド枝豆「つまりちゃまめ」を生産。雪原学舎では企画・運営を担う。

『異業種のコラボが生み出す新たな価値』
誕生から2シーズン目を迎え、全国のキャンパーから熱い支持を集める雪原学舎。ありのままの雪原体験と校舎の面影を残すスタイリッシュなデザインは、若者や家族連れを惹きつけています。運営やデザインを手がけるのは、雪国の建設事業者「丸山工務所」と全国えだまめ選手権・最高金賞の枝豆を作る「柳農産」の異業種の2社。ネガティブに捉えられる豪雪に新たな価値を与え、互いの専門性と地域文化の知見を生かし、十日町ならではの体験を創造しています。この両社の取組みは、今注目の2つの業種を組み合わせて働く「デュアルワーク」として、十日町の新しい働き方を体現しています。

農産」の異業種の2社。ネガティブに捉えられる豪雪に新たな価値を与え、互いの専門性と地域文化の知見を生かし、十日町ならではの体験を創造しています。この両社の取組みは、今注目の2つの業種を組み合わせて働く「デュアルワーク」として、十日町の新しい働き方を体現しています。

かたくりの会
みそ作り体験教室

- 日／内
- ① 2月28日(金)午後1時30分～3時30分／米蒸しと麹菌種まぶし
 - ② 3月1日(土)午前10時～11時／大豆洗いと米ほぐし
 - ③ 3月2日(日)午前9時～正午／大豆蒸しとみそ作り
- ※原則①～③3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

「森の学校」キョロロ
3月の里山体験プログラム

- 日時／テーマ
- 3月2日(日) 午前10時～正午／ブナの巨木に会いに行く 定20人 ¥500円
 - 3月15日(土) 午前10時30分～正午／昆虫採集道具づくり 定15人 ¥700円
 - 3月16日(日) 午前10時～正午／雪虫しらべ 定10人
 - 3月20日(木・祝)・23日(日)・30日(日) 午前10時30分～正午／里山の生き物探検 定20人 ¥500円
 - 3月22日(土) 午前5時30分～8時30分／定例探鳥会、午後1時30分～3時／里山の生き物サポーターズ(鳥の巣箱づくり) 定10人 ¥700円
 - 3月29日(土) 午後1時30分～4時／クモしらべ 定10人
- ※小学3年生以下は保護者同伴で参加、未就学は体験料無料
- 入館料＝600円（中学生以下無料）
- 問キョロロ (☎595-8311)

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

持 マスク、タオル（ヘアキャップと白衣は貸し出し）
他 完成したみそ5キログラムは持ち帰り

●受付期間 2月13日(木)～19日(水)

申・問 農林課農業企画係 (☎757-3120)

第16回山内写真館資料写真展
山内与喜男×駒形さとし二人展Ⅱ

日 3月8日(土)～23日(日) 午前9時～午後7時

休 3月10日(月)

会 情報館ギャラリー

他 キョロロ連携企画展「学芸

員・研究員が紹介したくて

しかたがないスノウリッチ

*とおかまち」と図書特設

コーナーも同時開催

問 博物館 (☎757-5531)

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22日(土)・23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 15人（申込人数などにより中止のときあり）

内 プログラミングソフト「スクラッチ」使用（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)

プラネタリウム
ドーム中里きすらら

3月の番組情報です。

● 投影日 毎月第1・第2日曜日 午前11時～(約35分)

会 ユーモール2階プラネタリウム室

内 今月の星空散歩・明日は

募集



令和7年度
だんだんテラスコンサート
出演団体募集

●開催日時 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※申し込み多数の

ときは抽選

申・問 申込用紙（段十ろうに配置）を十日町市民音楽協会タクト・村山 (☎090-1930-8452)

施設管理者募集

対 60歳～74歳の人

●募集人数 若干名

●任用期間 原則1年

●就業先 サンクロスなど

●選考方向 書類審査など

※ 2月18日(火)

申・問 履歴書を(公社)十日町地域シルバー人材センター (☎752-0888)へ

公営住宅入居者募集

申・問 都市計画課建築住宅係 (☎757-9935)

住宅に困っている人が対象です。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、入居を希望する人は一度相談してください。詳細は市ホームページを確認するか、問い合わせてください。

●募集期間＝2月12日(水)～26日(水)

●募集する住宅



公営住宅の案内

区分	地域	物件	間取り	家賃(月)	戸数
市営住宅	川西	みのり団地5号棟 (単身不可)	平成11年度築 木造高床3階建 2LDK	8帖1室、6帖1室、LDK 19,100～28,400円	1戸
	松代	善宗塚住宅 (単身可)	昭和51年度築 コンクリートパネル造 高床3階建 3DK	6帖1室、4.5帖2室、DK 12,700～19,000円	1戸
		中通住宅 (単身可)	平成6年度築 木造高床3階建 2LDK	10帖1室、6帖1室、LDK 18,000～26,800円	1戸
特公賃住宅	松之山	松之山第二住宅B棟 (単身可)	平成8年度築 木造高床3階建 3LDK	6帖2室、4.5帖1室、LDK 38,000円	1戸
		渋海住宅 (単身可)	平成9年度築 木造高床3階建 2LDK	9.5帖1室、6帖1室、LDK 33,600円	1戸

令和7年度 十日町市二十歳のつどい

日 5月3日(土・祝) 午前11時～

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

対 市内出身・在住で平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの人

【1月末現在で市内に住民登録のある人】

3月中旬以降に案内文書を送付します。

【1月末時点で市外に住所を移した人】

申込フォームから申請してください。



申請はこちら



式典での「二十歳の抱負」発表者を募集します

●募集人数＝男女各1人（選考で決定）

●応募方法＝氏名、住所(行政区)、生年月日、電話番号、メールアドレス、性別、出身校、職業、二十歳の抱負などメッセージ(800字程度)を記した内容を、郵送・電子メールで送付するか、下記問合せ先へ持参してください。

✕ 4月11日(金)必着

問 生涯学習課生涯学習係 (☎757-5011)



令和6年度魚沼基幹病院
市民公開講座Web開催

魚沼基幹病院でできる「からだにやさしい（低侵襲）治療」を医師がわかりやすく解説します。

第1部…2月21日（金）〜3月6日（木）
第2部…3月7日（金）〜20日（木）

市民公開セミナーin十日町
CKD（慢性腎臓病）

3月8日（土）午後1時〜3時
越後妻有文化ホール「段十ろう」講堂

定先着48人
内「尿だけじゃない！腎臓の大切な働きとは？」ほか

磯崎俊輔さん（新潟大学大学院医歯学総合研究科腎・膠原病内科医師）ほか

3月7日（金）

令和6年度魚沼基幹病院
市民公開講座Web開催

魚沼基幹病院でできる「からだにやさしい（低侵襲）治療」を医師がわかりやすく解説します。

第1部…2月21日（金）〜3月6日（木）
第2部…3月7日（金）〜20日（木）

市民公開セミナーin十日町
CKD（慢性腎臓病）

3月8日（土）午後1時〜3時
越後妻有文化ホール「段十ろう」講堂

定先着48人
内「尿だけじゃない！腎臓の大切な働きとは？」ほか

磯崎俊輔さん（新潟大学大学院医歯学総合研究科腎・膠原病内科医師）ほか

3月7日（金）

令和6年度魚沼基幹病院
市民公開講座Web開催

魚沼基幹病院でできる「からだにやさしい（低侵襲）治療」を医師がわかりやすく解説します。

第1部…2月21日（金）〜3月6日（木）
第2部…3月7日（金）〜20日（木）

市民公開セミナーin十日町
CKD（慢性腎臓病）

3月8日（土）午後1時〜3時
越後妻有文化ホール「段十ろう」講堂

定先着48人
内「尿だけじゃない！腎臓の大切な働きとは？」ほか

磯崎俊輔さん（新潟大学大学院医歯学総合研究科腎・膠原病内科医師）ほか

3月7日（金）

令和6年度魚沼基幹病院
市民公開講座Web開催

魚沼基幹病院でできる「からだにやさしい（低侵襲）治療」を医師がわかりやすく解説します。

第1部…2月21日（金）〜3月6日（木）
第2部…3月7日（金）〜20日（木）

市民公開セミナーin十日町
CKD（慢性腎臓病）

3月8日（土）午後1時〜3時
越後妻有文化ホール「段十ろう」講堂

定先着48人
内「尿だけじゃない！腎臓の大切な働きとは？」ほか

磯崎俊輔さん（新潟大学大学院医歯学総合研究科腎・膠原病内科医師）ほか

3月7日（金）

令和6年度魚沼基幹病院
市民公開講座Web開催

魚沼基幹病院でできる「からだにやさしい（低侵襲）治療」を医師がわかりやすく解説します。

第1部…2月21日（金）〜3月6日（木）
第2部…3月7日（金）〜20日（木）

市民公開セミナーin十日町
CKD（慢性腎臓病）

3月8日（土）午後1時〜3時
越後妻有文化ホール「段十ろう」講堂

定先着48人
内「尿だけじゃない！腎臓の大切な働きとは？」ほか

磯崎俊輔さん（新潟大学大学院医歯学総合研究科腎・膠原病内科医師）ほか

3月7日（金）

令和8年4月1日採用
十日町市職員採用試験
（第1回・先行日程）を実施します

【募集職種・人数】
●一般事務上級（大卒程度）＝15人程度
●土木技師上級（大卒程度）
●土木技師中級（短大、高等専門学校、専門学校卒程度）＝土木技師上級・中級あわせて3人程度

【第1次試験：筆記試験】
日3月22日（土）
×3月7日（金）まで
他詳細は市ホームページを確認してください。
問総務課人事係（☎757-9787）

詳しくはこちら

令和8年4月1日採用
十日町市職員採用試験
（第1回・先行日程）を実施します

【募集職種・人数】
●一般事務上級（大卒程度）＝15人程度
●土木技師上級（大卒程度）
●土木技師中級（短大、高等専門学校、専門学校卒程度）＝土木技師上級・中級あわせて3人程度

【第1次試験：筆記試験】
日3月22日（土）
×3月7日（金）まで
他詳細は市ホームページを確認してください。
問総務課人事係（☎757-9787）

詳しくはこちら

令和8年4月1日採用
十日町市職員採用試験
（第1回・先行日程）を実施します

【募集職種・人数】
●一般事務上級（大卒程度）＝15人程度
●土木技師上級（大卒程度）
●土木技師中級（短大、高等専門学校、専門学校卒程度）＝土木技師上級・中級あわせて3人程度

【第1次試験：筆記試験】
日3月22日（土）
×3月7日（金）まで
他詳細は市ホームページを確認してください。
問総務課人事係（☎757-9787）

詳しくはこちら

令和8年4月1日採用
十日町市職員採用試験
（第1回・先行日程）を実施します

【募集職種・人数】
●一般事務上級（大卒程度）＝15人程度
●土木技師上級（大卒程度）
●土木技師中級（短大、高等専門学校、専門学校卒程度）＝土木技師上級・中級あわせて3人程度

【第1次試験：筆記試験】
日3月22日（土）
×3月7日（金）まで
他詳細は市ホームページを確認してください。
問総務課人事係（☎757-9787）

詳しくはこちら

令和8年4月1日採用
十日町市職員採用試験
（第1回・先行日程）を実施します

【募集職種・人数】
●一般事務上級（大卒程度）＝15人程度
●土木技師上級（大卒程度）
●土木技師中級（短大、高等専門学校、専門学校卒程度）＝土木技師上級・中級あわせて3人程度

【第1次試験：筆記試験】
日3月22日（土）
×3月7日（金）まで
他詳細は市ホームページを確認してください。
問総務課人事係（☎757-9787）

詳しくはこちら

2月 は「新潟県高齢者見守り強化月間」

高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らせるように、地域内での「見守り・支え合い」によって孤立を防ぐことが重要です。

日ごろからの見守り！3つの行動

- 『あいさつ』
日ごろからご近所で声を掛け合いましょう
- 『気くばり』
地域の高齢者を気にかけて見守りましょう
- 『助け合い』
気軽に助け合える地域の輪をつくりましょう

近くに住む人の様子が“いつもと違う”と気づいたときは、地域包括支援センターや民生委員、地域ケア推進課へ連絡してください。

☎地域ケア推進課（☎757-3511）

路線バスの運賃改定
3月1日(土)から市内で運行する路線バスの運賃が改定されます。各社の初乗運賃が改定（140→160円↓160→200円）されるほか、利用区間に応じた運賃も改定されます。詳細は各社（越後交通㈱、南越後観光バス㈱、東頸バス㈱）のホームページを確認してください。

企画政策課企画政策係（☎757-3193）
形を変えてあなたのもとへ 広げよう建設リサイクル
公共建設事業では、発注者と受注者が一体となって建設資材のリサイクルに取り組んでいます。公共事業に限らず、一般家屋の解体工事などにおいても、解体業者に適正な分別解体・リサイクルを確認す

3月の休館日

- 段十ろう 10日(月)・24日(月)
- 千手中央コミュニティセン
- ター 毎週(火)・20日(木)祝
- 情報館 10日(月)・24日(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 18日(火)
- 川西総合体育館 26日(水)
- なかさとアリーナ（中里体育館） 11日(火)
- 松代総合体育館 毎週(月)
- ひだまりプール 毎週(火)
- キョロロ 9日(日)まで 毎週(火)・(水)、10日(月)・14日(金)
- 15日(土)から 毎週(火)（15日(土)から開館時間は午前9時～午後5時※最終入館受付は午後4時30分）
- 分じろう 毎週(火)
- 十じろう 毎週(火)

旧家庭用指定ごみ袋 まもなく交換期限です

旧指定ごみ袋（燃やすごみ・緑色、埋立てごみ・赤色）は、差額料金をお支払いいただくことで新指定ごみ袋に交

換できます。交換期限が間近となっているので、期限内に交換をお願いします。

● 受付期限 3月31日(月)までの午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日は除く）

● 受付場所 環境衛生課（ごみ焼却場十日町市エコクリンセンター内）
☎752-3924

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でできます（受け取りのみ可能。電子証明書の更新や異動などが伴う手続きなどは不可）。
● 夜間 2月27日(木)、3月13日(木)午後7時30分まで（本庁のみ）
● 休日 2月15日(土)（本庁）、3月2日(日)（川西・松之山）、3月15日(土)（中里・松代）午前9時～正午
● 本庁および支所地域振興課市民係窓口
● 完全予約制。最新の日程は市ホームページを確認して

ください。

● 申・☎市民生活課市民係（☎755-5154）または各支所地域振興課市民係
※インターネット予約も可



時間外開庁
ホームページ

転出届・転入予約は マイナポータルで

マイナンバーカードを所有している人は、マイナポータルからオンラインで転出届と転入予約（来庁予定の連絡）ができます。マイナンバーカードの読み込みに対応したスマートフォンを持っていて、マイナンバーカードに搭載している署名用電子証明書の暗証番号（6～16桁の英数字）、利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）がある人は利用可能です。ただし、マイナポータルを通じて転出届をしたあとは別途、転入先市区町村（引越し先の自治体）で転入届などの手続きを行う必要があります。そのときはマイナンバーカードを必ず持



詳細はこちら
（マイナポータル）

国保川西診療所 引越しに伴う臨時休診

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
● 臨時休診 3月24日(月)・27日(木)※28日(金)から新川西診療所で通常どおり診療予定
☎国保川西診療所（☎768-2034）

公民館使用料の改定

● 改定日 4月1日(火)より
● 対象施設 中央公民館および各公民館・情報館
● 他 詳細は市ホームページを確認してください。
☎生涯学習課（☎757-5011）または各公民館

広告掲載

消費者トラブルの注意情報 フィッシング詐欺に注意
銀行や通販サイトなど実在する組織、団体を騙ってSMSなどを送信し、ID・パスワード、暗証番号、カード番号などの個人情報搾取する手口の被害が増えています。セキュリティソフトを導入する、カードやキャリア決済の利用明細はこまめに確認するなど、日頃の対策が大切です。
【お知らせ】
市では、十日町市消費者被害防止見守りネットワークを設立しました。特に配慮が必要な人の消費者被害を未然に防ぐため、関係機関による情



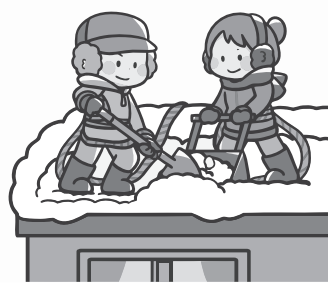
協議会
ホームページ

るなど、発注者となる個人の皆さんからも積極的な協力をお願いいたします。

☎北陸地方建設副産物対策連絡協議会事務局（北陸地方整備局企画部技術管理課 ☎025-280-8880）

空き家の除雪は所有者の責務です

雪は状態によつて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おそれがあります。積もりすぎないうちに雪下ろしをする、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。
☎都市計画課特定空家対策係（☎755-5216）



広告掲載

令和7年度 新潟県交通災害共済加入募集中!!
「交通事故(※)」による怪我等に見舞金を支給します
※自損事故・車の同乗者・自転車の転倒事故（道路を運転中）等も対象になります。
お申込み方法など詳しくは、町内会経由で配布される封筒の中身をご覧ください
お申込み／市内金融機関窓口、松之山支所地域振興課地域振興係（市役所本庁、川西支所、中里支所、松代支所、郵便局、農協本店ではお申込みできません）
お問合せ／防災安全課 防災安全係 ☎025(757)3197
もしくは各支所 地域振興課 地域振興係まで

和 服
かいとりや
着 物 ・ 帯 ・ 反 物 など
ご自宅に眠っていませんか？
無 料 査 定 致 し ま す
事前要予約：080 7836 9966 十日町市西本町3-4-9
Instagram wafukukaitoriya Facebook 和服かいとりや
※市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで

夢グループ スーパーセール 毎月開催中
テレビショッピング 商品が手に取れる
2月開催は 3日間限定!!
14金～16日
リオンドール十日町店内 サウンドエース
025-752-4075 10:00～20:00
夢グループ 石田社長
所属歌手 保科有里

※市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで

新潟県交通遺児基金のご案内

保護者の一方または両方が次に該当する高校生以下

- ・交通事故による死亡
- ・交通事故による重度の後遺障害※自動車損害賠償保障法施行令（昭和30年政令第286号）別表第1および別表2の1級から3級に該当すること

次のとおり

- ・交通遺児などになったとき、見舞一時金を給付
 - ・小学校および中学校入学時に入学祝金を給付
 - ・中学校および高等学校卒業時に卒業祝金を給付
 - ・乳幼児ならびに小学校、中学校、高等学校在学者に図書カードを贈呈
- 問 新潟県交通遺児基金事務局
（☎025―280―5136）

新潟県労働相談所
休日労働相談会

日 3月9日(日)午後1時～4時30分

会 長岡地域振興局

内 労働に関するさまざまな悩

みについて、社会保険労務士などが労働者や使用者からの相談を受けます。相談は無料で秘密は固く守られます。

●相談方法Ⅱ面談・電話・オンライン形式※面談・オンライン形式は要予約

他 詳細は新潟県労働相談所ホームページを確認

申・問 新潟県労働相談所（☎025―281―6110）

働くことに悩む人の
ワン・ステップ相談

日 3月12日(水)・26日(水)両日も午後2時～4時※開催日以外にも随時相談可

会 保健センター（市役所本庁隣）
申・問 福祉課援助係（☎757―9739）

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）

市報とおかまちへの記事掲載依頼について

問 企画政策課広報聴係（☎757-3112）

「お知らせ・ガイド」コーナーには市以外の団体などからの情報も掲載していますが、令和7年4月号から掲載基準と掲載依頼の手続き方法を変更します。ご理解とご協力をお願いします。

●掲載できるもの（掲載基準）

市(教育委員会を含む)が主催・共催・後援する（または実行委員会などの一員として関与する）施策・事業・イベントのお知らせまたは募集を案内する内容

上記に該当しないものは、掲載希望号の紙面の空き状況から、次の事項などを総合的に踏まえた上で優先順位をつけて、掲載可否を判断します。

- ・対象者（広く市民に関わる公共性の高いものを優先）
- ・開催場所（市内で開催されるものを優先）
- ・掲載依頼者の性質（公的機関・団体・個人など）

●掲載依頼の手続き方法

「市報とおかまち記事掲載申込書」を企画政策課広報聴係へ持参・FAX（752-4635）・メール（koho@city.tokamachi.lg.jp）のいずれかで提出してください。申込書は企画政策課広報聴係・市ホームページで入手できます。



●申込締切

掲載希望号（毎月10日発行）の前々月末日まで※市報4月号への掲載依頼は2月28日(金)まで

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）

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Ⅱ☎757―3701（市民生活課市民係内）



高齢者の皆さんの生活をサポートします 地域包括支援センター

センター名	担当地区	住 所	電話
十日町北地域包括支援センター	下条・中条・川西	下条3丁目485番地1（特別養護老人ホーム三好園内）	☎761-7406
十日町東地域包括支援センター	十日町・新座・大井田	高田町3丁目南442番地（医療福祉総合センター内）	☎757-3551
十日町中地域包括支援センター	川治・六箇・吉田	寿町2丁目1番地1（社会福祉法人やまびこ内）	☎755-5115
十日町南地域包括支援センター	水沢・中里	新宮乙195番地3（養護老人ホーム妻有荘内）	☎758-2324
十日町西地域包括支援センター	松代・松之山	松代3983番地1（松代ゆうあいセンター内）	☎597-3805

地域で「男女共同参画」について考えてみませんか

問 企画政策課協働推進係（☎757-3693）

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。

性別による無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）



性別に関する無意識の思い込みや慣習などで、自分や身近な人の活躍を妨げていませんか。内閣府男女共同参画局の資料を参考に、まずはセルフチェックをおすすめします。



出典：内閣府ホームページ



第4次十日町市男女共同参画基本計画

4月30日を任期満了とする十日町市議会議員および市長選挙のお知らせ

選挙日程など

- 告示日＝4月20日(日)
- 投票・開票日＝4月27日(日)

期日前投票

日 4月21日(月)～26日(土)
会 保健センター（市役所隣）：午前8時30分～午後8時
各支所：午前8時30分～午後7時

立候補予定者事前説明会

日 3月28日(金)
会 千手中央コミュニティセンター
●市長立候補予定者＝午前10時～
●市議会議員立候補予定者＝午後2時～

期日前投票所の立会人を募集します

日 4月21日(月)～26日(土)
会 保健センター（市役所隣）：午前8時30分～午後8時
各支所：午前8時30分～午後7時
●応募要件＝次のとおり
①十日町市の選挙人名簿に登録されていて、選挙権を有する人
②特定の候補者の選挙運動や政治活動を行っていない人
内 期日前投票所で正しく投票が行われているか確認する
●募集人数＝若干名
㊄ 2月28日(金)午後5時
申・問 選挙管理委員会事務局（☎757-3191）

3月のちびこひろば

参加を希望するときは、事前に各問合せ先へ確認してください。

すこやかランド

3月はお休みです。
☎段十ろう（☎757-5011）

なかよしランド

入園前の集団遊び体験、親子で思いっきり体を動かして遊びましょう。
☎4日(火)・11日(火)午前10時～11時
会 総合体育館
対 未就園児とその保護者
料 会費あり
※詳細は問い合わせ
他 新規参加者、随時募集中
※体験・見学可
☎段十ろう（☎757-5011）

いっしょにあそぼ

「おやこのふれあいあそび」
☎6日(木)・13日(木)・27日(木)午前10時～11時
対 未就園児とその保護者
他 新規参加者、随時募集中
会・☎水沢公民館（☎758-3101）

橋にこにこルーム

7日は「読み聞かせの会」（江村かおるさん）、21日は「誕生日会」・「作って残そう！」
☎7日(金)・21日(金)午前9時30分～11時30分
会 川西高齢者コミュニティセンター
対 未就園児とその家族
☎子育て支援センターえくぼ（☎768-2352）

十日町おやこ劇場

エクササイズ(ヨガ)&キッズ英語「わくわくキッズ」
☎13日(木)午前10時～11時
会 千手中央コミュニティセンター
料 1回無料、2回目から500円
対 乳幼児とその家族
☎丸山（☎090-2548-0507）

ネージュスポーツクラブ

「わんぱくきッズ教室」
☎8日(土)午前9時30分～10時30分
会 市総合体育館
対 年少～年長児とその保護者
料 1組500円
内 親子での運動遊び
持 内履き、飲み物、タオルなど
申・☎NPO法人ネージュスポーツクラブ（☎752-4377）

おはなしひろば

「おはなし会」
☎15日(土)午前10時～11時
対 幼児～小学校低学年
会・☎中里公民館（中里庁舎内・☎763-2493）

おはなしの会「ふきのとう」

「スペシャルおはなし会」
☎15日(土)午前10時30分～11時30分
対 乳幼児～小学校3年生くらい
会・☎千手中央コミュニティセンター（☎768-2308）

おはなしびよびよ

☎1日(土)・8日(土)・29日(土)午前10時30分～11時
対 乳幼児とその保護者
会・☎情報館（☎750-5100）

読み聞かせの会 どんぶり

☎15日(土)午前10時30分～11時
対 幼児～小学校低学年
会・☎情報館（☎750-5100）

おはなし「たまてばこ」

☎22日(土)午前10時30分～11時
対 乳幼児とその保護者
会・☎情報館（☎750-5100）

おはなしたんぽぽ

☎8日(土)午前10時30分～11時
対 幼児～小学校低学年
会・☎情報館松代分室（☎597-2615）

こどもパーク ASOBO

3月はお休みです。
☎NPO法人市民活動ネットワークひとサポ（☎761-7444）



寄付ありがとうございます

※敬称・都道府県名略

●とおかまち応援寄附金（5万円以上）＝飯田美紗希（神栖市）、畑勇氣（大阪市）、山本政道（尼崎市）、井上譲（北九州市）、岩中拓也（春日井市）、徳元一夫（横浜市）、酒井田龍也（北名古屋市）、関口大（さいたま市）、池谷寿雄（道志村）、佐藤拓郎（豊島区）、太田政樹（北区）、加藤雅彦（名古屋市）、渡邊一博（三芳町）、青柳亮介（杉並区）、加藤信一（習志野市）、新沼勇基（戸田市）、佐藤寛（羽村市）、羽田洋祐（沼津市）、西美香（津市）、竹村一雄（御所市）、富澤健太郎（大和市）、相馬翔悟（川崎市）、橋本裕二（荒川区）、小口明彦（木更津市）、伊藤智貴（平塚市）、末吉雅貴（東大阪市）、西岳晴（浦安市）、王錫けい（江東区）、相澤誠（川崎市）、飯野隆明（横浜市）、木村剛（横浜市）、石原秀彰（江南市）、藤田浩幸（目黒区）、田尻下聡子（岐阜市）、安藤隆修（横浜市）、御勢建太（東大阪市）、今井環（東大和市）、風間光（新潟市）、安藤浩二（西尾市）、田中克昌（大阪市）、梯誠（世田谷区）、杉浦健治（岡崎市）、利根川明（豊島区）、吉澤史祥（さいたま市）、岡村威男（川崎市）、武藤輝生（名古屋市）、永井将史（渋谷区）、徳力篤（新潟市）、林田和人（大田区）、大樂益章（浜松市）、佐合芳治（名古屋市）、渡辺彬紘（新潟市）、山口綾子（品川区）、矢野勉（枚方市）、大倉直人（新潟市）、伊藤翼（立川市）、高田敏治（小平市）、小林清（新潟市）、金森尚弘（北区）、荒木俊介（北九州市）、末武康彦（品川区）、坂上順一（大田区）、谷川洋輔（西宮市）、上村浩章（市川市）、本坊勝博（横浜市）、大久保恵介（西宮市）、中野賢次（大田区）、奥村晃弘（松山市）、向田裕志（品川区）、保田暢彦（文京区）、佐藤仁紀（豊島区）、赤嶺友一（那覇市）、前浜政武（与那原町）、今井聖（大田区）、宮崎祝子（河内長野市）、朝永圭祐（桶川市）、岩城舞（港区）、楊軒（江戸川区）、高橋祐治（世田谷区）、亀島清史（狛江市）、内田良（寝屋川市）、荻谷哲也（高槻市）、佐藤誠（新潟市）、石川竜也（戸田市）、後谷耕司（京都市）、高橋隆慎（水戸市）、藤崎智子（高槻市）、阿部章（仙台市）、山村圭佑（大田区）、角南智彦（京都市）、宮原直之（日野市）、中嶋匡史（横浜市）、山田研（長野市）、五木田修（墨田区）、城所耀亮（川崎市）、小林正和（新潟市）、眞保勝年（世田谷区）、石田純（新潟市）、中川昌幸（大阪市）、横田義信（柏崎市）、鈴木貞治（市原市）、梅谷有亮（裾野市）、山本真功（名古屋市）、中川淳（船橋市）、秋田英和（北名古屋市）、大島義之（練馬区）、柴田翔（三鷹市）、増渕秀一（さいたま市）、松尾鉄平（神戸市）、吉松聡（小金井市）、香取忠博（千葉市）、松岡芳徳（渋谷区）、山崎謙一郎（福岡市）、池田考宏（北区）、山上哲央（長島町）、山本一花（杉並区）、鈴木将光（船橋市）、高橋克郎（新潟市）、長澤博（さいたま市）、板倉一成（ふじみ野市）、平澤正晃（松戸市）、山下正樹（足立区）、田中大智（さいたま市）、小栗正敏（小金井市）、仲嶺久里子（那覇市）、大畠康平（目黒区）、濱橋紀允（海老名市）、佐久間晶（大田区）、中村亮太（港区）、梅田篤志（新潟市）、株式会社リアライズ（新宿区）、duanwenchang（川口市）、石黒ほのか（江東区）、萩原祐介（印西市）、中川美里（品川区）、上野寿（八王子市）、喜多雄一（桑名市）、中村彰宏（高知市）、鈴木健太（港区）、中村有希（上越市）、大竹秀明（習志野市）、佐々木大地（さいたま市）、上田まゆみ（さいたま市）、坂井雅輝（能美市）、中田臣宣（四日市市）、平岡靖（松本市）、松田英二（武蔵野市）、永野大豪（福岡市）、小野澤昇（大田区）、岡田直樹（前橋市）、勝間香織（日置市）、武田和仁（宇都宮市）、武田泰治（豊中市）、西澤幸久（杉並区）、石原鑑（藤沢市）、中村忠司（和泉市）、加藤博史（世田谷区）、佐藤隼人（目黒区）、安井雄一（豊橋市）、藤井修三（川崎市）、柳桂観（大田区）、小林克彦（七飯町）、小山新太（三鷹市）、波多江利之（世田谷区）、阿部悟（京都市）、住吉良昭（尼崎市）、末吉謙太（横浜市）、丸山亮（茅ヶ崎市）、尾身真（荒川区）、佐藤優哉（三郷市）、南雲昌枝（北九州市）、畔柳政典（鎌ヶ谷市）、宮武伸行（目黒区）、上村遼（新潟市）、吉樂匡紀（長野市）、坂本聡（大井町）、浦沢真吾（鎌ヶ谷市）、久保良太（葛飾区）、佐藤毅（小山市）、竹田昇（安城市）、庄司圭介（新潟市）、高橋千春（仙台市）、森寛之（和光市）、住谷進一郎（浦安市）、竹内信人（横浜市）、渡部鷹人（越谷市）、湧井智（新潟市）、村松祐介（江東区）、中村康彦（横浜市）、福永友紀（新宿区）、田口慎（世田谷区）、小原伸彦（越谷市）、大内勇佑（木更津市）、大庭悠貴（港区）、益本貴史（港区）、桑原孝太（富士吉田市）、水沼邦央（秦野市）、渡辺悠介（川崎市）、齋藤強（白井市）、高橋和仁（市原市）、山本誠（北九州市）、末竹泰典（太宰府市）、上岡美紀（横浜市）、鷲尾大（笛吹市）、前田礼（川崎市）、米持大介（中野区）、樋口茂（板橋区）、江口英明（目黒区）、土田雅彦（富士見市）、瀧沢真美（文京区）、福原直樹（札幌市）、関口佑規（習志野市）、春日秀文（大田区）、渡貫多聞（金沢市）、大島康正（練馬区）、牧田幸弘（港区）、山田力（上原）、樋口誠（土市4）
●企業版ふるさと納税＝株式会社ネットワーク21（南魚沼市）
●情報館分＝土井清史（長岡市）、酒井誠（学校町1）、関口郁民（川原町）

情報館 ③月のテーマ図書

新生活応援「ひとり暮らしで知りたいことが全部のってる本」、「世界一ラクチンな栄養ごはん」など、新生活を応援する本を紹介します。
2024年度 文学賞受賞作「笑う森」、「フェイク・マッスル」など、今年度の文学賞受賞作を中心に紹介します。

テーマは一部変更したり追加したりするときがあります
☎情報館（☎750-5100）

お！ともだち「ともだちとものる」、「おしえてなかよし」など、友だちがテーマの本を紹介します。
ひろいせかいへとびだそう「そんなわけで国旗つくっちゃいました！えほん」、「世界の納豆をめぐる探検」など、世界を知ることができる本を紹介します。

◆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10日(月)午後1時～3時

会保健センター(市役所本庁舎隣)

×3日(月)

申・関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

関発達支援センター(☎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月のそのほかの相談

法律相談

日6日(木)・13日(木)・27日(木)・午後1時30分～4時

会本庁相談室

申・関市民生活課市民係
(☎757-3116) ※要予約

行政相談

日／会19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

関市民生活課市民係(☎757-3116)

3月の休日救急医

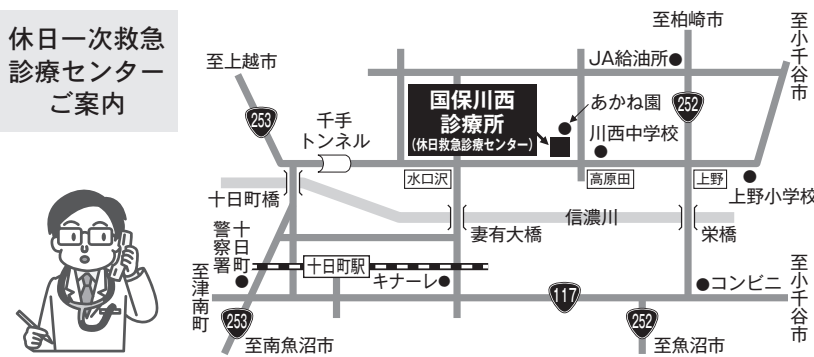
●診察受付時間：午前8時30分～

(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
2日(日)	休日一次救急 診療センター (国保川西診療所内)	高原田(川西) 768-2034	
9日(日)			
16日(日)			
20日(木祝)			
23日(日)			
30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。

教育相談・女性相談専用電話は19ページをご覧ください

定例年金相談

日13日(木)・27日(木)午前10時～正午、午後1時～3時

会クロステン

申・関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

他面談相談は要予約

申・関市消費生活センター
(☎757-3740・☎752-6924・メール：
t-shohi@city.tokamachi.lg.jp)

多重債務相談

日26日(水)午後1時～4時
24日(月)までに要予約

会本庁相談室 内借金トラブル
関市消費生活センター(☎757-3740)

心配ごと相談

日随時受付

会・申・関社会福祉協議会
(☎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・関社会福祉協議会
(☎757-3565)

子ども情報のひろば

3月の育児相談ほか

〔健康相談〕 ※要予約・人数制限あり

期 日	会場・受付時間
6日(水)	千手中央コミュニティセンター 午前9時30分～11時
14日(金)	中里子育て支援センター「きらりん」 午前10時～11時
21日(金)	松代子育て支援センター「すくすく」 午前9時30分～10時30分

申・関各支所地域振興課市民係

〔家庭相談員による育児相談〕

期 日	会場・受付時間	内容
11日(火)	子育て支援センター「くるる」 午前10時30分～11時30分	育児相談

関健康づくり推進課母子保健係☎757-9759

〔ごはん相談室・身体測定〕

期 日	会場・受付時間
10日(月)	子育て支援センター「くるる」 午前10時～11時30分(身体測定は終日)

※ごはん相談室については、午前11時までに来館してください。
※身体測定は日曜・休館日を除き毎日受け付けています(フェイスタオルを1枚持参)。

関子育て支援センターくるる☎757-1008

3月の乳幼児健診

会保健センター(市役所本庁隣)

持母子健康手帳・問診票・フッ化物歯面塗布希望確認票(1歳6か月児)・視聴覚アンケート(3歳6か月児)・健やか親子21に基づくアンケート(4か月児・1歳6か月児・3歳6か月児)・バスタオル・着替え・おむつなど

※3歳6か月児健診は事前に検査セットを送ります。届かない人は母子保健係へ連絡してください。

※2歳6か月児の歯科健診は親子健診です。保護者も歯みがきをしてきましょう。

事業名	期日	受付時間	対象児
4か月児健診	19日(水)	午後1時～1時30分	6年11月生まれの乳児
10か月児身体測定	19日(水)	午前9時～9時30分	6年5月生まれの乳児
1歳6か月児健診	5日(水)	午後1時～1時30分	5年7月16日～8月生まれの幼児
2歳6か月児身体測定	5日(水)	午前9時～9時30分	4年8月16日～9月生まれの幼児
3歳6か月児健診	4日(火)	午後1時～1時30分	3年8月16日～9月生まれの幼児

関健康づくり推進課母子保健係☎757-9759

あいどるきゃす 234



網
千颯ちゃん(写真左4歳)
花笑ちゃん(写真右1歳)
西本町2

わが家のアイドル募集中！
申し込み・問い合わせは企画政策課広報広聴係
☎757-3112まで

千颯ちゃんは優しい性格で、花笑ちゃんに作りかけのおもちゃを壊されても、怒らず優しく「ダメだよ」と注意します。花笑ちゃんは好奇心旺盛で、保育園のクラスでは月齢が1番低いですが、いろいろなことに挑戦中。そんな2人が毎日笑顔で過ごすよう、両親は思いや感情をしっかりと言葉で伝えるようにしています。



十日町のケーブルテレビも高速光インターネットも

JCV

ネットのトラブルも地元スタッフが“当日無料サポート”



第29代ミス十日町の今井美穂です。私もJCVの番組に出演致します。
ぜひJCVでご覧いただけたら嬉しいです！

十日町市街地開局記念
**JCVテレビ・ネット・電話
無料“おためし”モニターキャンペーン**

なんと**最大9ヶ月**

基本利用料無料

実施期間 ～令和7年3月31日まで
※第29代ミス十日町 JCV十日町サポーター 今井美穂 さん

雪の状況が見られる！十日町市内ライブカメラ続々追加



十日町総鎮守「諏訪神社」



十日町市博物館入り口



川西支所

JCVテレビ 2月の注目番組



「高校生歌うま選手権2024」



「十日町ライオンズクラブ杯 学童野球大会」

第21回だんだんテラスコンサート、十日町会席ゆげ～料理マスタースへの道～、
第75回 十日町雪まつり、十日町カトリック天使幼稚園 他 ニュースなど

JCVは**独自専用回線**だから**インターネットも速い！**

詳しいことは下記までお問合せください

十日町情報センター新社屋 建設予定

旧市営駅通り駐車場跡地 建設予定地令和5年1月取得済み

リオンドール

十日町店内PRセンター

本町サテライト

本町2丁目のとや1F

JCV

〈代理店届出番号:第D1900133号〉
〈登録番号(電気通信事業者):信第1号〉
十日町情報センター

フリーコール

0120-095-021

受付時間 / 10:00～18:00



ケーブルテレビ・インターネット

NCT

は子育て世帯を応援します！

インターネット **日本最速 光50Gbps** フィールド **実証試験中**

おすすめプラン

インターネット **1Gbps**

ケーブルテレビ

固定電話

トキっ子くらぶ会員限定

NCT **子育て応援割**

適用で



税込月額 **7,150円**

毎月 **330円** おトク！

税込月額

6,820円

詳しくは
こちらから



※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。

NCTショップ十日町店

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月～3月)

11:00～16:00

定休日

火・水・お盆・年末年始

フリーコール

0120-080-009

【電話受付時間】9:30～17:30 長岡市千代田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。

妻有ショッピングセンター内
【ダイソー様入口脇】



市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係までお問い合わせください。